

**Univerzita Karlova v Praze**  
**Husitská teologická fakulta**

**Diplomová práce**

**Spiritualita při léčbě závislosti**

**Spirituality in the Addiction Treatment**

**Vedoucí práce:**

**Doc. PhDr. Zdeněk Vojtíšek, Th.D.**

**Autor:**

**Lydie Kárová**

**2011**

## **Poděkování**

Děkuji velice Doc. PhDr. Zdeňkovi Vojtíškoví, Th.D. za odborné vedení mé práce, za ochotu a čas, který mi věnoval. Děkuji také MUDr. et Mgr. Prokopovi Remešovi a Ing. Marcelovi Strnadovi za jejich inspiraci. V neposlední řadě děkuji Ing. Ester Kárové a Bc. Anetě Pečenkové za jejich připomínky k formální úpravě práce.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby tato diplomová práce byla umístěna v Ústřední knihovně UK a používána ke studijním účelům.

V Praze dne 27. června 2011

Lydie Kárová

## **Anotace**

Ve své diplomové práci se zaměřuji na spiritualitu a její místo v kontextu léčby závislosti. Opírám se o model spirituality od Zdeňka Vojtíška, kterým přibližuji jednak spiritualitu u jednotlivce, dále souvislost spirituality a závislosti, a také povahu spirituality ve čtyřech konkrétních spirituálních terapeutických metodách. Téma závislosti zde představuji v širokém kontextu jako závislý vztah s různými podobami, ale společnými rysy. V léčbě se soustředím na poradenství a psychoterapii a jejich roli ve spirituální terapeutické metodě.

## **Klíčová slova**

spiritualita, víra, model spirituality, závislost, závislý vztah, léčba, poradenství, psychoterapie, spirituální terapeutická metoda

## **Annotation**

In my thesis, I focus on spirituality and its place in the context of addiction treatment. I base my work on a model of spirituality by Zdeněk Vojtíšek by which I approximate both the spirituality of an individual, then the context of spirituality and addiction, and also the nature of spirituality in four specific spiritual therapeutic methods. I present the topic of addiction in a broad context as a dependent relationship with a variety of forms but with common features. In the treatment, I focus on counseling and psychotherapy and their role in the spiritual therapeutic method.

## **Keywords**

spirituality, faith, spirituality model, addiction, addictive relationship, treatment, counseling, psychotherapy, spiritual therapeutic method

# Obsah

<b>Předmluva.....</b>	<b>6</b>
<b>Úvod .....</b>	<b>8</b>
<b>Cíle a výzkumné otázky.....</b>	<b>10</b>
<b>1. Spiritualita.....</b>	<b>11</b>
1.1 Místo spirituality v českém prostředí.....	11
1.2 Definice spirituality .....	14
1.3 Model spirituality.....	15
1.4 Kritické zhodnocení pojmu a modelu spirituality.....	17
1.5 Shrnutí.....	18
<b>2. Závislost a její léčba.....</b>	<b>20</b>
2.1 Závislý vztah.....	20
2.2 Spirituální rovina v pojetí a léčbě závislosti .....	24
2.3 Závislost a model spirituality.....	25
2.3.1 Zhodnocení vztahu závislosti a spirituality zprostředkované modelem spirituality.....	29
2.4 Poradenství a psychoterapie v léčbě závislosti .....	30
2.4.1 Duchovní poradenství .....	33
2.4.2 Psychoterapie a spiritualita .....	34
2.5 Shrnutí.....	37
<b>3. Spirituální terapeutické metody .....</b>	<b>38</b>
3.1 Uvedení do spirituálních terapeutických metod .....	38
3.2 Hagioterapie a Prokop Remeš.....	38
3.3 Společenství Anonymních alkoholiků a Dvanáct kroků k úzdavě .....	44
3.4 Stanislav Kudrle a holotropní dýchání.....	49
3.5 Ikonoterapie a Milan Týmal .....	53
3.6 Shrnutí.....	57
<b>Závěr .....</b>	<b>59</b>
<b>Summary.....</b>	<b>64</b>
<b>Seznam literatury.....</b>	<b>67</b>
<b>Seznam příloh.....</b>	<b>79</b>

## Předmluva

V průběhu roku 2009 jsem byla pětkrát přítomna na terapeutické skupině s názvem hagioterapie, kterou vede lékař, teolog a psychoterapeut Prokop Remeš. Tato skupina se pravidelně setkává v prostorách kostela sv. Václava v Bohnicích, je určena jedincům závislým a k terapeutickým účelům využívá Bibli. Na začátku každé skupiny často zazněla potřeba účastníků se ostřeji vymezit vůči církvi, se kterou spojovali i představu Boha – jako instituční autoritu, vzápětí ale zdůrazňovali, že „věří, že je něco nad nimi“. Hagioterapie se účastnili nejen, aby mohli o své víře, která je v životě nějak vede, hovořit, ale také aby ji mohli ve skupině kultivovat. Skupina a osoba Remeše a jejich vzájemné sepětí zde vytvářely kontext pro její rozvíjení. Slovo „víra“ účastníci užívali ve významu osobního vztahu k Něčemu, co se nemusí vylučovat s rozumovou složkou, ale naopak ji doplňuje a je zdrojem v jejich jednání. V této práci tedy budu užívat „víry“ (také „povahu víry“) ve stejném smyslu jako účastníci hagioterapie. Naopak se snažím (s výjimkou čerpání z jiných autorů) v práci nepoužívat výraz „náboženství“, protože ho účastníci hagioterapie vnímali v příliš těsném spojení s církví, vůči které se chtěli distancovat. V užívání pojmu spirituality vidím výhodu jednak jako pojmu přibližujícího (víru jedince), ale také umožňujícího (otevřeně o své víře hovořit a rozvíjet ji bez požadavku přihlášení se k určitému náboženství). Spiritualitu, kterou jsem vnímala na hagioterapii a ze které vycházím, definuji jako *osobní víru, která není bezprostředně vázaná na náboženskou instituci, ale je vázaná na osobu jedince tím, že vymezuje nejen vztah k tomu, „co je nad ním“, ale vůbec vztah k vlastní osobě, k jejímu směřování a vztah k druhým, v jejichž přítomnosti se osobní víra potvrzuje a rozvíjí.*

Skutečnost, že jsem rovinu spirituality mohla vnímat v terapeutické skupině se závislými, mě přivedla do oblasti závislosti a její léčby. Inspiraci pro toto téma jsem získala především díky semináři Existenciálně-analytický přístup k závislostem,<sup>1</sup> na kterém byla závislost nahlížena v širším kontextu: nikoli jen jako problémové užívání psychoaktivních látek, ale i jako nesvobodný vztah vůči nějaké skutečnosti, který zde byl označován termínem „fenomén závislosti“ (Wagenknecht, Den logoterapie a existenciální analýzy – Program,

---

<sup>1</sup> Pořádaný dne 21. 9. 2009 Společností pro logoterapii a existenciální analýzu.

2009). O místě spirituality v kontextu léčby závislosti se mi dostalo potvrzení z úst primáře Petra Popova z Psychiatrické léčebny Apolinář, kde jsem se účastnila semináře Diagnostika a léčba závislostí.<sup>2</sup> Předpokladem pro místo spirituality v léčbě závislosti je nepopíratelné místo lékařské a další komplexní péče. Spiritualitu nevnímám jako nejdůležitější složku této péče, ale s ohledem na moje teologické vzdělání se právě na ni zaměřuji.

---

<sup>2</sup> Seminář pořádá Pražská psychoterapeutická fakulta.

## Úvod

Tuto práci jsem rozdělila do tří tematických kapitol, v každé se opírám o model spirituality od religionisty, teologa a duchovního poradce Zdeňka Vojtíška. Práce má následující strukturu:

V první kapitole věnované spiritualitě a jejímu vymezení začínám potvrzením oprávněnosti konceptu spirituality v českém prostředí. Čerpám ze sociologie náboženství české, především od Davida Václavíka a Dušana Lužného, ale i pro srovnání a nalezení společných rysů se západní Evropou od britské socioložky Grace Davieové. Dále uvádím definici spirituality, kterou čerpám z oblasti religionistiky od Zdeňka Vojtíška a z oblasti psychologie náboženství od Vladimíra Smékala. Pokračuji představením modelu spirituality od Zdeňka Vojtíška, kterým spiritualitu jedince přibližuji. Kapitola obsahuje i vlastní kritické zhodnocení pojmu a modelu spirituality.

V druhé kapitole o závislosti a její léčbě nejdříve představuji závislost v jejím širokém kontextu, označovaném jako „závislý vztah“, a dále se zaměřuji na roli spirituality. Pomocí modelu spirituality přibližuji, jak závislost může sytit jednotlivé roviny spirituality jedince. Čerpám zde z adiktologické literatury (především z publikací od Kamila Kaliny a kolektivu) a zejména od Stanislava Kudrleho, který se spiritualitě věnuje nejen teoreticky, ale i prakticky vedením spirituální terapeutické skupiny. V rámci léčby se zaměřuji na poradenství a psychoterapii, které tvoří kontext jak pro spirituální terapeutickou metodu, tak pro celou oblast léčby. Z oblasti poradenství čerpám od Libora Novosada a Oldřicha Matouška a s ohledem na spiritualitu uvádím poradenství duchovní, jak ho popisuje Zdeněk Vojtíšek. Pro nastínění psychoterapie vycházím od Jana Vymětala a vztah psychoterapie a spirituality vymezuji na základě společných paralel, jak je popisuje Pavel Říčan (který srovnává náboženství a psychoterapii).

Ve třetí kapitole se věnuji konkrétním spirituálním terapeutickým metodám v léčbě závislosti a jejich spiritualitu přibližuji prostřednictvím modelu spirituality. Začínám zde hagioterapií, se kterou mám osobní zkušenost a kterou zpracovávám z internetových stránek Hagioterapie a z knihy Nahá žena na střeše od Prokopa Remeše. Další metody čerpám



z časopisu Adiktologie, odborného časopisu pro prevenci, léčbu a výzkum závislostí. Nejdříve uvádím společenství Anonymních alkoholiků, při zpracování spirituality vycházím především z jejich knihy Anonymní alkoholici, dále metodu holotropního dýchání tak, jak ji popisuje ve své praxi Stanislav Kudrle a poslední metodou, kterou jsem v časopisu Adiktologie našla, je ikonoterapie, jak ji popisuje Milan Týmal.

## **Cíle a výzkumné otázky**

### **Cíle**

1. Zpracovat téma spirituality jako východiska pro celou práci
2. Hledat místo spirituality v pojetí a léčbě závislosti
3. Uvést příklady spirituálních terapeutických metod a popsat jejich spiritualitu

### **Výzkumné otázky**

1. Má spiritualita v českém prostředí své místo?
2. Jak lze spiritualitu definovat?
3. Jak lze spiritualitu prostřednictvím modelu spirituality přiblížit?
4. Jaká jsou úskalí užívání pojmu a modelu spirituality?
5. Co znamená závislý vztah a jaké má rysy?
6. Jaká je role spirituality v pojetí a léčbě závislosti?
7. Jak může závislost sytit roviny spirituality?
8. Co je stěžejní pro poradenský a psychoterapeutický kontext?
9. Má spiritualita čtyř jednotlivých spirituálních terapeutických metod nějaké společné rysy?
10. Jaká je jejich konkrétní podoba spirituality?

# 1. Spiritualita

V této kapitole nejdříve potvrzuji užívání spirituality v české společnosti a následně ji definuji. Představuji zde model spirituality od Vojtíška, kterým spiritualitu přibližuji. V závěru kapitoly upozorňuji na úskalí pojmu a modelu spirituality, které ve spojitosti s jejich užíváním vnímám.

## 1.1 Místo spirituality v českém prostředí

V české společnosti, jak uvádí Václavík (2010, str. 206) stále vzrůstá nedůvěra v náboženské instituce<sup>3</sup> a s ní spojená malá účast jedinců na jejich obřadech (tamtéž, str. 204).<sup>4</sup> Potvrzuje snad tato skutečnost, že by česká společnost byla společností ateistickou? Uvedená sociologická šetření<sup>5</sup> ale tuto skutečnost vylučují, protože míra ateizmu se ukazuje jako nízká (tamtéž, str. 162). Václavík (tamtéž) k tomu podotýká, že nedůvěra v náboženské instituce se nevylučuje s náboženským vyznáním a vírou. Stejně tak Davieová (2009, str. 20) uvádí, že pokles přináležení k institucím neznamena pokles náboženské víry jako takové.

---

<sup>3</sup> Václavík (2010, str. 206) poznamenává, že nastavení české společnosti proti institucím není zaměřeno jen proti institucím náboženským, ale proti všem institucím (jako je např. parlament, soudy a právní systém, politické strany, atd.), jak potvrzují výsledky výzkumu Detradicionalizace a individualizace náboženství v České republice z roku 2006.

<sup>4</sup> O nedůvěře v náboženské instituce vypovídá výsledek zmíněného výzkumu Detradicionalizace a individualizace náboženství české společnosti z roku 2006 (Václavík, 2010, str. 206), podle kterého vyjádřilo úplnou či částečnou nedůvěru v církve 56,2 % dotazovaných. Výsledky sčítání lidu, domů a bytů z roku 2001 (tamtéž, str. 192) poukázaly na pokles počtu lidí hlásících se k nějaké konkrétní náboženské skupině oproti sčítání z roku 1991 o více než 10 % (z 43,9 % na 32,2 %) a naopak vzrůst těch, kteří se označovali jako „bez vyznání“ o téměř 20 % (z 39,9 % na 59 %). Pokles účasti na rituálech náboženských institucí lze sledovat na příkladu účasti na bohoslužbě a křtu. Podle výzkumu Religiozita v reformovaných východo(středoevropských zemích z roku 1997 a 2007 (tamtéž, str. 204) se návštěva bohoslužeb ve frekvenci alespoň jednou týdně pohybuje kolem 7 % a ve frekvenci jednou za měsíc mezi 4,5–7 %. Podle výzkumu Detradicionalizace a individualizace náboženství české společnosti z roku 2006 (tamtéž, str. 205) bylo sice více než 60 % dotazovaných pokřtěno, přesto pouze 32,7 % považovalo za důležité, aby bylo pokřtěno jejich dítě. Výzkum Religiozita v reformovaných východo(středoevropských zemích z roku 2007 (tamtéž) přinesl ještě nižší údaj, podle kterého pokřtění dítěte považovalo za důležité jen 21,6 %.

<sup>5</sup> Jedná se o výzkumy (Václavík, 2010, str. 143):

Výzkum evropských hodnot z roku 1991 a 1999,

Religiozita v reformovaných východo(středoevropských zemích z roku 1997,

International Social Survey Programme Religiozita II z roku 1999,

ze kterých v průměru vychází jen jedna pětina obyvatel označující se jako čistě ateistická (tamtéž, str. 162).

Neinstitucionální povahu víry vystihuje Davieová (tamtéž, str. 17) výrazem „víra bez příslušnosti“,<sup>6</sup> kterou připisuje západní Evropě,<sup>7</sup> a která tak ukazuje na podobné rysy s převažující povahou víry české společnosti (srov. Václavík, 2010, str. 192).

Vysvětlení důvodů neinstitucionální povahy víry si podle Václavíka (tamtéž, str. 46) žádá mnohem jemnější model sekularizační teze, který bude nízký podíl institučně zakotvené víry zahrnovat, ale spolu se skutečností, že náboženství není neméně podstatné pro identitu současného jedince.<sup>8</sup> Jak v české (Lužný, 2010, str. 30, Váně, 2010, str. 65),<sup>9</sup> tak v celé západoevropské sociologii náboženství (Luckmann in Váně, 2010, str. 65) se jako klíčový vliv na identitu jedince považuje princip *individualizace*. Tento princip, jak Luckmann (in Václavík, 2010, str. 35) uvádí, který je výsledkem evropských dějin, učinil z osobní identity ryze soukromou záležitost. Pro naše jednání to znamená, jak uvádí Simmel (in Krátký, 2010, str. 164), že jej sice máme svobodné, ale neseme za něj plnou odpovědnost. Jak podotýká Lužný (2010, str. 31), na jedné straně nám možnost svobodné volby poskytuje větší osobitost, tedy že bude podle našich potřeb a přání, na druhé straně se z volby stává neustálý proces rozhodování (tamtéž, str. 28). Identita se tak stává podle Baumana (in Lužný, tamtéž, str. 33) „úkol“, který jedinec musí řešit. Ať už ho jakkoliv splní, jak uvádí Lužný (tamtéž, str. 31), podstatou je skutečnost, že jedinec musí vybírat a volit. Protože jedinec volí z více možností, klesá podle Lužného (tamtéž) podmínka univerzální platnosti jednotlivých možností. A jak Lužný (tamtéž) doplňuje, se subjektivní volbou jedince se snižuje i přímý vliv skupin, kterých je členem, na jeho rozhodování a zároveň se snižuje i význam institucionalizovaných nositelů tradice. Vlivem individualizace, podle Lužného (tamtéž), tak klesá i zájem o náboženské instituce. Jedinec, jak Lužný (tamtéž, str. 33) uvádí, nejen, že musí volit, ale kdykoliv je potřeba i na změny patřičně reagovat. Na utváření identity jedince se individuálně podílí víra, v rámci které významně působí dva poněkud opačné, přesto prolínající se prvky.

---

<sup>6</sup> V originálním znění: „believing without belonging“ (Václavík, 2010, str. 158).

<sup>7</sup> Davieová (2009, str. 18–19) své tvrzení opírá o výsledky Evropské studie hodnot z let 1999–2000.

<sup>8</sup> Jako potvrzení může poskytovat 45 % respondentů výzkumu Religiozita v reformovaných východo(středo)evropských zemích z roku 2007, kteří se považují za „duchovně založené svým způsobem“ (Václavík, 2010, str. 209).

<sup>9</sup> Principu individualizace se věnuje publikace od kolektivu autorů s názvem Individualizace náboženství a identita (Lužný, Václavík et al., 2010).

Tím prvním je konzumní zaměření evropské společnosti, které s sebou přináší podle Luckmanna (in Václavík, 2010, str. 36) libovolný výběr „nejen zboží, služeb, přátel, partnera, ale také osobní identity a tzv. individuálního systému nejvyšší významnosti“. Náboženství Luckmann (in Václavík, tamtéž, str. 18) označuje jako *privatizované*, které působí v rámci *náboženského trhu* (tamtéž, str. 35). Jak uvádí Berger (in Václavík, tamtéž, str. 38), na tomto trhu náboženské instituce působí jako tržní subjekty a náboženské tradice jsou spotřebním zbožím. Na náboženském trhu si pak podle Ondrašínové (2010, str. 131) může každý vytvořit svůj „duchovní balíček“, do kterého si libovolně poskládá podle svých potřeb a zkušeností prvky z různých tradic, aniž by se musel přihlásit k nějaké náboženské instituci, jak dodává Hanegraaff (in Ondrašínová, tamtéž). Podle Ondrašínové (tamtéž, str. 135) není cílem jedince, který si vytváří svůj duchovní balíček, zřít se institucí, ale prostřednictvím různých spirituálních technik zvládnout nároky současné doby a zkvalitnit svůj život.<sup>10</sup>

Zmínka o zkvalitnění života naznačuje druhý prvek víry, který Fujda (2010, str. 109) označuje jako *zvnitřnění* a dává ho do souvislosti s pojmem *individuální náboženství* (tamtéž, str. 110). Individuální náboženství je jedinci oporou v jednání a myšlení, které podle Fujdy (tamtéž) spojuje v morální jednotu. Jak Fujda dodává (tamtéž, str. 109), má své místo v každodenním životě jedince, který má naplňovat smyslem<sup>11</sup> (tamtéž, str. 113). Zvnitřnění, podle Fujdy (tamtéž), spočívá i v osobním vztahu k božství (tamtéž, str. 114). Jak uvádí Lužný (2010, str. 31), vlivem individualizace jedince více přitahují individualizované podoby zbožnosti, jejichž podstatou je rozvíjení individualizované identity jedince, která nemusí být

---

<sup>10</sup> Na evropském náboženském trhu podle Davieové (2009, str. 69) působí především tradiční náboženství, narozdíl od náboženského trhu amerického, který je mnohem otevřenější. To neznamena, že by evropský náboženský trh byl více omezený, ale odráží to samotnou volbu Evropanů (tamtéž, str. 67). I když jsou Evropané nespokojeni s fungováním církví, většinou nehledají jiné instituce nebo společenství, kterými by církve nahradili, ale zůstávají jejich pasivními členy (tamtéž, str. 167). Nepočítají s tím, že by církve mohly zaniknout, když se jich nebudou účastnit, ale spíše počítají s tím, že by je mohli ve svém životě potřebovat, zejména ve významných životních okamžicích (tamtéž, str. 60).

<sup>11</sup> *Smysl* je ústředním pojmem psychoterapeutického směru logoterapie („logos“ jako smysl), založeného V. E. Franklem. Podle Frankla (1996, str. 74) si otázku po smyslu vlastního života nemáme klást, ale zodpovídat, a to činem a správným chováním. Otázka po smyslu lidského života se nedá zodpovědět univerzálně, život je pro každého vždy něčím konkrétním, tedy i požadavky života jsou vždy zcela konkrétní (tamtéž). Ale společná pro nás všechny je odpovědnost, kterou za naše zodpovídání neseme (Frankl, 2006, str. 43). Podobně jako Bauman (in Lužný, 2010, str. 33) Frankl (2006, str. 72) přirovnává život jedince k úkolu, který musí z-odpovídat.

vázána na instituci (tamtéž, str. 32). Jak Lužný (tamtéž) dodává, náboženství a psychoterapie spolu budou mít stále více společného.<sup>12</sup>

Výše popsaná povaha víry koresponduje s mým představeným konceptem *spirituality*,<sup>13</sup> tedy víry, která není bezprostředně vázána na náboženskou instituci (kterou je *religiozita*), ale na osobu jedince, kterou rozvíjí a utváří. *Religiozitu* v této práci nevnímám v protikladu ke *spiritualitě*, ale stejně jako Vojtíšek (2010, str. 107) ji považuji za konkrétní projev *spirituality*. Nevytváření ostrých hranic mezi spiritualitou a religiozitou tak jednak zahrnuje skutečnost, že i člen církve má požadavky na svou religiozitu, aby ho naplňovala smyslem, dále počítá i s možností oboustranné inspirace – jak spirituality religiozitou, tak religiozity spiritualitou. K druhému případu Ondrašínová (2010, str. 135) uvádí, že vlivem masmédií se dostávají do našeho povědomí různé symboly, techniky a systémy (jako např. astrologie, numerologie, alternativní medicína), které jsou částí společností tolerovány nebo i přijímány.<sup>14</sup>

## 1.2 Definice spirituality

Pro definici spirituality vycházím jednak z Vojtíška (2010, str. 104), vysvětlujícího spiritualitu jako „složku osobnosti, která se vytváří vnímáním posvátnosti, rozvíjí se ve vztahu k posvátnému a různými způsoby tento vztah projevuje“, tak ze Smékala (2001, str. 26), který *spiritualitou* označuje „... souhrn způsobů vyjadřování vztahů k Posvátnu nebo vztahování se k Bohu“. Tyto definice spirituality zkracuji na: osobní vnímání posvátna a jeho vyjadřování. Charakterističnost tohoto *posvátna*, jak uvádí Pargament (in Křivohlavý, 2010, str. 176), spočívá v uvědomění si omezených hranic vlastního lidství a respekt k tomu, co tyto hranice

---

<sup>12</sup> Více o blízkosti náboženství a psychoterapie v druhé kapitole.

<sup>13</sup> Jak uvádí Smékal (2002, str. 20), *spiritualita* se odvozuje od latinského „spiritus“, pojmu, který je mnohovýznamový, nejčastěji překládaný jako „duch“. Tento duch, jak Smékal (tamtéž) vysvětluje, je to, „co dává život a oživuje“. Pojem *spiritualita* pochází z křesťanské tradice, kde jako oživující princip působí Duch svatý (Kohut, 1999, str. 905), ale, jak uvádí Vojtíšek (2010, str. 104), od druhé poloviny dvacátého století tento pojem začal vyjadřovat „individuální, nezávazný a na instituci nezávislý náboženský zájem, pro nějž je charakteristická hodnota vnitřního zážitku a praktického, denního používání, jež by umocňovalo a rozšiřovalo možnosti a schopnosti člověka“.

<sup>14</sup> Podle Hanegraaffa (in Ondrašínová, 2010, str. 135) o tom svědčí množství „esoterické“ literatury v běžných knihupectvích nebo zařazení alternativních metod do zdravotnických zařízení.

převyšuje. Přiblížení se k tomu, co je pro jedince posvátné a jak se to odráží v jeho životě, umožňuje model spirituality.

### 1.3 Model spirituality

Tento model pracuje se sedmi rovinami, které odráží komplexnost spirituality (Vojtíšek, *Spiritualita*, str. 8). Jak Vojtíšek podotýká (tamtéž), označování spirituality jako pouhé „víry v něco“ nebo jako „duchovního zážitku“ znamená její redukování a vyzdvihování jen určitých rovin. Vyjádření spirituality prostřednictvím rovin může být podle Vojtíška (2010, str. 105) přínosem hned v několika oblastech. Jednak lze vnímat, že u každého jedince mohou být jednotlivé roviny různě rozvinuté, některá rovina může převažovat a jiná zase může být hodně slabá. Dále se můžeme dozvědět více o zdrojích, ze kterých jedinec svou spiritualitu čerpá. Tyto zdroje nemusí pocházet jen z náboženské tradice, ale mohou být například z oblasti umění, vědy, sportu, stejně tak z osobně významných zážitků, z mezilidských vztahů nebo z přírody. Jak Vojtíšek dodává (tamtéž), zdrojem pro spiritualitu tak může být v podstatě cokoliv. Podstatné je, zda to jedinec jako posvátné vnímá a zda k tomu jako k posvátnému přistupuje. Osobní vnímání posvátného nemá nějaký univerzální a neměnný charakter, ale odráží se v různých okamžicích a událostech života jedince, které subjektivně vnímá, počíná si v nich a přikládá jim smysl (tamtéž). Uvedených sedm rovin je následujících (Vojtíšek, *Spiritualita*, str. 8–9):

Na první rovině **předpokladů**, která naznačuje osobní vnímání a vyjadřování posvátna, působí osobní koncepce, kterými jedinec vnímá sám sebe, svůj vztah ke druhým, ke světu a také k tomu, co ho přesahuje. Tyto koncepce se bezprostředně podílí na utváření a rozvoji osobnosti jedince, jak se vyrovnává se svými limity a rozvíjí své možnosti, jak se rozhoduje a jedná, zda nachází své místo ve světě, jak se chová a vymezuje vůči druhým, vůči všem autoritám spolu s autoritou Nejvyšší. Všechny koncepce, které mají být jedinci zdrojem, se odvíjí od smysluplnosti, kterou jedince naplňují. Příkladem koncepcí jsou nejrozličnější obsahy filozofické, teologické, psychoterapeutické atd.

Konkrétní podobu těmto koncepcím a jejich místo v každodenním životě poskytují nejrozličnější rituály, které tvoří druhou rovinu **obřadů**. Dávají jedinci řád (různé rituály, které pravidelně vykonává a naplňuje jimi své dny) a bezpečí (jedinec se může na jejich místo ve svém životě spolehnout). Podílejí se také na dospívání a zrání jedince tím, že vymezují hranice významných životních období a událostí (plnoletost, ukončení školy, narození potomka) a s nimi spojené oslavy, které jedince činí radostným (narozeniny, získání práce), ale rovněž pomáhají jedinci se vyrovnávat s těžkými životními událostmi (pohřeb, na kterém se naposledy rozloučí se svým zesnulým blízkým). Rituály slouží také jako prostředek k navázání kontaktu s posvátnem (prosba modlitbou, oběť jako vyjádření vděčnosti) spolu se vším, co je doprovází a upevňuje: místo (chrám), způsob (gesto, jazyková forma), doba (svátek) a nejrozličnější posvátné předměty a symboly (text, svěcená voda, obraz, kříž). Tyto obřady probíhají jak na osobní rovině, tak ve společenství, kde mohou mít silnější vyznění.

Oporu a vedení života jedince umožňují **normy a hodnoty**, které tvoří třetí rovinu spirituality. Zdroj jim poskytují koncepce přijaté a rozvíjené jedincem (například jedinec byl svými rodiči veden k pravdomluvnosti, kterou se snaží v životě dodržovat). Vnímání těchto morálních hodnot jako předaných posvátnou autoritou (například desatero od Boha) zavazuje více jedince je dodržovat, protože je nepovažuje jen za společenskou konvenci.

Zdroj pro osobní koncepcí, rituály a morální zásady mohou poskytovat **vyprávění**, tvořící čtvrtou rovinou spirituality. Jsou jimi různé osobně významné a hodnotné příběhy, které pocházejí z vlastního života jedince nebo jeho život nějak obohacují a inspirují. Příkladem jsou příběhy s morálním poučením, o hrdinských, zázračných činech a o svatých.

Osobní prožití posvátného, ať už náhodné nebo cílené, poskytují **zážitky**, které jsou pátou rovinou spirituality. Jedinec je může získat z osobních i společných rituálů (například vzpomínky z cesty na místo, které pokládá za posvátné), mohou být zdrojem osobních vyprávění (například, že se po cestě zranil) a na základě svých koncepcí a morálních zásad pak tento zážitek vnímá (například, že přes své zranění se v pořádku vrátil domů, za což vděčí Bohu).

Uvedené roviny se vztahují ke **společenství**, ve kterém jsou zažívány, kultivovány a předávány. Vnímání a potvrzování vlastní osoby v rámci společenství a jeho sounáležitost k



němu tvoří šestou rovinu spirituality. Příkladem je účast jedince na společném posvátném obřadu, ve kterém jedinec nachází své místo, je druhými přijímán a zároveň on přijímá je, hovoří s nimi o své víře, ve které se utvrzuje, od druhých získává inspiraci a oporu pro svůj život.

Vyjádření posvátného může zprostředkovat vlastní **tvořivost**, která je sedmou rovinou spirituality. Příkladem je malba, hudba a také předměty, které mohou být pro jedince i pro celé společenství posvátné a tvořit součást obřadu. Stejně tak proces tvoření nemusí být jen individuální, podílení se na společné tvorbě může zprostředkovat silnější zážitek.

## 1.4 Kritické zhodnocení pojmu a modelu spirituality

Úskalí pojmu a modelu spirituality vnímám v několika oblastech, u kterých shledávám jako podstatné na ně upozornit i pro mé vlastní citlivé nakládání s nimi.

První spočívá hned v samotném pojmu a konceptu spirituality, který nemusí být každému blízký a může pro něj být jen dalším matoucím pojmem. Tato námitka může pocházet od jedince s osobní povahou víry, který se nemusí se spiritualitou identifikovat, i od jedince religiózního, který nevnímá svoji víru jako konkrétní projev spirituality. V této práci proto nekladu důraz na zavádění pojmu spirituality do obecného užívání, ale smyslem jeho používání je zdůraznit význam osobní povahy víry, která nemusí být spojena s náboženskou institucí, ale podílí se na utváření osobnosti jedince a je pro jeho život významná.

Druhé spočívá v tom, že spiritualita je pojmem obsažným, který vyvstává z podstaty osobního pojetí jedince. Proto je spiritualita na jedné straně nejasná, zároveň každé její definování ji do jisté míry limituje a udává určitý směr, se kterým se někdo nemusí ztotožnit. Přímý vztah spirituality s osobním pojetím tak znamená tolik podob, kolik jedinců se považuje za spirituální, proto nějaká společná podoba se těžko zachycuje. Tuto skutečnost se snažím snížit uvedením definice přiblížené prostřednictvím modelu. Zároveň si ale uvědomuji, že každý spirituální jedinec s touto definicí a s modelem nemusí souhlasit a mít definici a roviny jiné.

Třetí odráží skutečnost, že spiritualita jedince může být nasycována z různých zdrojů, tyto zdroje nemusí být jen dobré, proto se ani o spiritualitě nedá říct, že by byla jen dobrá. Krivohlavý (2010, str. 177) tuto skutečnost uvádí na příkladu moci a slávy, které pro někoho mohou být posvátné. Proto ztotožňování spirituality s dobrem není přesné a je zavádějící.

Úskalí používání modelu spirituality shledávám v třídění jednotlivých rovin spirituality jedince jako nějakého vzorce spolu s jejich školometským nakládáním, které pak vytvoří ze spirituality jedince něco naprosto odosobněného. Při užívání tohoto modelu mi bude východiskem komplexní povaha spirituality, proto když s ním budu pracovat – jak ve vztahu k závislosti jako zdroje, tak ve vztahu k spirituálním terapeutickým metodám – jednotlivé roviny mi budou sloužit jako přiblížení se spiritualitě jedince nebo metody, ne však její převedení do uchopitelného vzorce.

Stejně tak nebezpečí, že budou jednotlivé roviny a jejich nasycování hodnoceno a srovnáváno s pomyslným ideálním modelem, ve kterém jsou všechny roviny rovnoměrně zastoupeny a syceny jen z „nejvyšších“ zdrojů. Nerada bych, aby z této práce vyznívalo hodnocení jednotlivých zdrojů a míra zastoupení jednotlivých rovin, jak spirituality závislého jedince, tak spirituální terapeutické metody. Srovnávání jednotlivých spiritualit u terapeutických metod se budu snažit objektivně, aby snad nesnižovalo jejich význam.

Na základě uvedených úskalí navrhuji, podobně jako Vojtíšek (Spiritualita, str. 1), pojem a model spirituality používat jako prostředek k vyjádření určitého vnímání a směřování jedince, ne jako univerzální pravidlo.

## **1.5 Shrnutí**

Převažující povaha víry v české společnosti se ukazuje jako na instituci nezávislá, přesto pro jedince významná součást vlastní identity. Tato víra na jedné straně podléhá konzumnímu výběru, avšak s ohledem na vysoké požadavky jedinci pomáhat v životě se rozhodovat, jednat a naplňovat tak svůj osobní smysl. Tato víra koresponduje s mým představeným konceptem spirituality (jako osobní víry, která není bezprostředně vázaná na náboženskou instituci, ale je vázaná na osobu jedince tím, že vymezuje nejen vztah k tomu, „co je nad ním“, ale vůbec

vztah k vlastní osobě, jejímu směřování a vztah k druhým, v jejichž přítomnosti se osobní víra potvrzuje a rozvíjí), a proto potvrzuji oprávněnost jejího místa v českém prostředí. Spiritualitu definuji jako „osobní vnímání a vyjadřování posvátna“ a přibližuji ji pomocí modelu spirituality. Sedm rovin tohoto modelu nepůsobí odděleně ani staticky, ale dohromady tvoří komplexní složku, která odpovídá na aktuální potřeby a požadavky jedince a jeho života. Výchozím konceptem tohoto modelu je skutečnost, že jednotlivé roviny mohou být v různé míře a různým způsobem syceny i ze zdrojů, které nemusí pocházet jen z duchovní tradice. Proto bych chtěla zdůraznit, že spiritualita má působit na neutrální rovině, vzhledem k tomu, že jejím zdrojem může být cokoliv.

## 2. Závislost a její léčba

Tuto kapitolu začínám vymezením závislého vztahu, kterým chci poukázat na společné rysy všech závislostí. V kontextu pojetí a léčby závislosti se zaměřuji na spiritualitu a prostřednictvím modelu spirituality se pak snažím poukázat, jak mohou být její jednotlivé roviny syceny právě závislostí. Tento spirituální kontext přenáším i do psychoterapie a poradenství, které jsou nutnou součástí léčebného procesu nejen ve spirituálních terapeutických metodách, ale celé léčby závislosti. Zdůrazňuji proto poradenství duchovní a také paralely mezi psychoterapií a spiritualitou.

### 2.1 Závislý vztah

Závislost, podle Krausové (dle ústního sdělení ze dne 21. 11. 2009),<sup>15</sup> jedince „blokuje a ničí“. Jak Krausová uvedla, závislost má sice v životě jedince své místo a smysl, ale to jen v případě dítěte, kde závislost podporuje, co vzniká.<sup>16</sup> Podle Kudrleho (2008, str. 17) hned po narození, zejména v období puberty, jedinec hledá cestu od závislosti k nezávislosti, jejíž nalezení je úkolem naší identity. Pro závislost, která stojí v cestě tomuto úkolu, užívám označení *závislý vztah*,<sup>17</sup> kterým chci naznačit společný jmenovatel pro všechny závislosti. Pro vyjádření tohoto společného jmenovatele se inspiroji Kudrlem (2003b, str. 107), který závislost považuje za „chronickou a progredující poruchu, která se rozvíjí na pozadí přirozené touhy člověka po změně prožívání“. Přirozenou touhou po změně prožívání Kudrle (2008, str. 18) míní tři základní potřeby a motivace, prostřednictvím kterých se jedinec vyrovnává s nároky života:

---

<sup>15</sup> Psycholožka, psychoterapeutka, lektorka a předsedkyně Společnosti pro logoterapii a existenciální analýzu Dana Krausová přednesla téma „Jsi moje všechno...“ – závislá osobnost a její závislý svět, na semináři Existenciálně-analytický přístup k závislostem ze dne 21. 11. 2009.

<sup>16</sup> Podle Krausové (tamtéž) důležitými momenty v životě dítěte jsou emoční sycení a akceptace hranic. Absenci těchto momentů v životě dítěte Krausová označila jako „živnou půdou pro závislost“.

<sup>17</sup> Podobně užívá souhrnný výraz Strnad (2011, str. 4) jako „závislý způsob života“.

1. *Potřeba vyhnout se bolesti či nalézt zklidnění, ulevit si od bolesti fyzické i duševní na individuální či na kolektivní úrovni. Patří sem i bolest z prožívané nudy, z neuspokojení, bolest z pocitů odlišnosti od druhých, z nízkého sebehodnocení;*
2. *Potřeba cítit se energický, výkonný, kompetentní, bezproblémový, zbavit se vnitřních zábran, dosáhnout euforie a radosti;*
3. *Potřeba transcendence utrpení v zážitku splynutí a/nebo sebepřekročení, jednoty se sebou samým a s druhými, jednoty s Bohem a podobně.*

[Zdroj: Kudrle, 2008, str. 18]

Jak Kudrle (2003b, str. 107) dodává, ohrožující jsou zejména ty změny prožívání, které jsou vyvolávány bez většího přičinění jedince, z impulsu aktuální potřeby nebo příležitosti. Tímto způsobem působí i psychoaktivní látky,<sup>18</sup> které podle Kudrleho (2008, str. 18) odpovídají třem potřebám změny prožívání:

1. *Opioidy: látky tlumící bolest*
2. *Stimulancia: látky přinášející slast a euforii*
3. *Psychedelika:<sup>19</sup> látky zjevující cosi z nejhlubších úrovní lidské psychiky*

[Zdroj: Kudrle, 2008, str. 18]

---

<sup>18</sup> *Psychoaktivní látka* (synonymum psychotropní), jak vysvětluje Kalina et al. (2001, str. 89), je neutrální pojem, který zahrnuje všechny druhy látek, jak povolené, tak zakázané. Výraz *psychoaktivní* neobsahuje skutečnost, že by tyto látky zákonitě způsobovaly závislost (tamtéž), ale vyjadřuje jejich vliv na psychiku jedince (tamtéž, str. 90). Jak Kalina et al. (2001, str. 33) dodává, ve smyslu *psychoaktivní látky* bývá často užíván pojem „droga“, kterým se převážně myslí drogy nezákonné. Z širokého hlediska jsou totiž podle Kaliny et al. (tamtéž) drogami také kofein, tabák, alkohol a další látky bez lékařského předpisu, protože se užívají apriori pro svůj psychoaktivní účinek.

<sup>19</sup> Kudrle (2003a, str. 83) místo častějšího označení „halucinogeny“ užívá pojem *psychedelika* (od Humphrey Osmonda), který odkazuje k řeckému *psyche* a *delein*, což znamená „učiniti zjevným“. Podle Kudrleho (tamtéž) totiž tato skupina látek halucinace vyvolává málokdy.

Psychoaktivní látky jsou podle Kudrleho (2003b, str. 107) nebezpečné svým silným vlivem na změnu prožívání. Skála (1988, str. 116) k užívání psychoaktivních látek podotýká, že čím více droga jedinci „dává“, tím více ho pak ohrožuje. Přesto v Kudrleho (2003b, str. 107) uvedené definici není podstatné, co mění prožívání jedince, ale vztah jedince k tomu, kterým je podle Kudrleho (2003b, str. 107) právě „ulpění, vazba“ na tento zdroj, který má jedince uspokojovat.

Pro vlastní vysvětlení závislého vztahu se inspiroji Kudrlem a definuji jej jako vazbu jedince na vnější zdroj, který sytí jeho vnímání a jednání. Stejně jako v Kudrleho (2003b, str. 107) definici je zde podstatný vztah jedince k vnějšmu zdroji, který vystihuje právě *vazba*. Strnad (2011, str. 4) dokonce v rozlišování forem závislostí vidí nebezpečí, že závislý jedinec podlehe předstávě, že jeho závislost je spojena jenom s konkrétním vnějším zdrojem a takový omyl ho pak často vede k tomu, že „vymění jednu závislost za druhou“ (tamtéž). Proto v této definici také není podstatné, co je tím vnějším zdrojem, jestli psychoaktivní látka, internet, práce, jídlo, spiritualita nebo procesy, kterými Frouzová (2008, str. 237–251) označuje hráčství (jak na automatech, tak na internetu) a používání komunikačních médií. Jak podotýká Nešpor (2007, str. 44), je více než pravděpodobné, že vývoj přinese nové formy závislosti (například facebook je toho dokladem).

Uvedená definice dále zahrnuje skutečnost pasivní role jedince, na kterou upozorňoval Kudrle (2003b, str. 107), v rámci které je vnějším zdrojem jeho vnímání a jednání nasycováno. „Vnímáním“ použitým v této definici chci vyjádřit celkové přijímání nebo nepřijímání aktuální i dlouhodobé skutečnosti jedince, která není zprostředkována jen smyslovými orgány, jak uvádí Hartl a Hartlová (2004, str. 673), ale i emocemi, postoji, hodnotami a zkušenostmi. Odpovědí na toto vnímání je pak jedincovo chování, které spolu s vnímáním je vnějším zdrojem nasycováno.

Desátá revize Mezinárodní klasifikace nemocí (2008, str. 193) spojuje závislost jen s užíváním látky a například patologické hráčství řadí (tamtéž, str. 231) mezi *nutkavé a impulzivní poruchy*. Přesto, jak podotýká Nešpor (2007, str. 29), mívají závislosti společné rysy a podle Frouzové (2008, str. 237) i praxe léčby je podobná. Těmito rysy jsou:

1. Vazba na vnější zdroj, která je často vedená touhou<sup>20</sup> a která postupně dominuje v životě jedince na úkor jeho bio-psycho-socio-spirituální roviny zdraví (srov. desátá revize Mezinárodní klasifikace nemocí, 2008, str. 231).
2. Uváznutí v této vazbě, jak podotýká Kudrle (2003b, str. 107), poskytující nějaké krátkodobé uspokojení, přestože negativní důsledky převažují a postupně narůstají. Jak uvádí Frouzová (2003c, str. 229), působí na jedince jako „všelák“, bez kterého se nemůže obejít.
3. Při přerušení vazby, jak uvádí Kudrle (2003b, str. 107), roste nelibost jedince (podráždění, deprese),<sup>21</sup> která je dalším důvodem, proč ve svém závislém jednání pokračuje.
4. V souvislosti s touto vazbou jedinec vnímá a jedná jinak, jak Kudrle doplňuje (tamtéž, str. 108), a postupně se izoluje od vlastního autentického vnímání a jednání.
5. Je to stav, kdy se jedinec „zasekne“, podle Frouzové (2003c, str. 229), na určitém jednání, na které stále více zaměřuje svou pozornost a které mu brání v osobnostním rozvíjení<sup>22</sup> a znamená celkové snižování kvality života.

Společnými rysy pro všechny závislosti nechci snižovat riziko nadměrného užívání psychoaktivních látek, které způsobuje somatické a psychické komplikace.<sup>23</sup> Spíše se snažím upozornit na riziko všech závislostí, které snižují rozvoj a kvalitu života jedince a rovněž mohou jedince ohrožovat na životě tím, že na jejich úkor zanedbává své zdraví.

---

<sup>20</sup> Označovanou termínem „craving“, jak uvádí Nešpor (2007, str. 11). Tato touha je zejména silně prožívána při nadměrném užívání psychoaktivních látek, které způsobují změny v chemickém prostředí mozku, jak podotýká Wallace (1999, str. 19).

<sup>21</sup> Vysazení dlouhodobě užívaných psychoaktivních látek způsobuje odvykací stav, jehož projevy se váží k typu psychoaktivní látky, jak uvádí desátá revize Mezinárodní klasifikace nemocí (2008, str. 193), a které jsou pro zdraví jedince různě závažné a ohrožující.

<sup>22</sup> Jako oblasti osobního rozvíjení Frouzová (2003a, str. 267) uvádí: vývoj identity, nalezení místa ve společnosti, úroveň vzdělání, zvládání práce, kterou chce jedinec vykonávat, sociální dovednosti a partnerské vztahy.

<sup>23</sup> O konkrétních somatických a psychických komplikacích se dozvíme z desáté revize Mezinárodní klasifikace nemocí (2008, str. 192-196).

## 2.2 Spirituální rovina v pojetí a léčbě závislosti

Závislost zasahuje do života jedince na více rovinách (tělesné, psychické, sociální a spirituální) a nedevaluje jen jedince samotného, jak podotýká Jílek (2008, str. 16), ale i jeho nejbližší okolí. Léčba, která reflektuje tuto komplexní povahu závislosti, si vyžaduje mezioborový přístup, jak doplňuje Miovský (2003, str. 15), jehož jádrem je podle Kaliny (2008b, str. 11) tzv. bio-psycho-sociální model podle Světové zdravotnické organizace. Tento model vyjadřuje společný vztah somatických, psychických a sociálních faktorů, jak Kalina (2003, str. 78) doplňuje. Obor, který vznikl s cílem reflektovat nové potřeby a poznatky mezioborového přístupu pojetí a léčby závislosti, se nazývá *adiktologie* (Kalina, 2008b, str. 11). Za zakladatele české adiktologie bývá označován Jaroslav Skála, který byl jedním z prvních průkopníků mezioborového přístupu u nás (tamtéž). Někteří odborníci v oblasti závislosti prosazují i spirituální rovinu (rozšiřují tak model na bio-psycho-socio-spirituální),<sup>24</sup> v českém prostředí je jejím nejznámějším stoupencem MUDr. Stanislav Kudrle. Význam spirituální roviny v léčbě závislosti potvrzuje i Kalina (2003, str. 81), ovšem s podmínkou, že nedojde k jejímu izolování od ostatních rovin. Podle Miovského (2003, str. 15) je podmínkou účinnosti mezioborového přístupu, že vychází ze skutečných (nikoliv domnělých) potřeb jednotlivých klientů, které bývají často individuálně rozdílné a mohou se v průběhu léčby měnit. To by potvrzovalo oprávněnost reflexe spirituálních potřeb jedince v léčbě.

Spirituální rovina zahrnutá do léčby závislosti není novinka, jak uvádí Nešpor (2007, str. 101), již C. G. Jung vnímal absenci duchovních potřeb jako jednu z možných příčin podílející se na závislosti. V. E. Frankl (1999, str. 9) takovou podílející se příčinou závislosti vnímal *existenciální frustraci*, tedy jakousi „nesmyslnost“ vlastního života. Strnad (dle ústního sdělení, ze dne 31. 3. 2010) dává závislost do přímé souvislosti s vnitřní prázdnotou jedince, spiritualitu pak vnímá jako jednu z možností naplňující tuto prázdnotu. Stejně tak

---

<sup>24</sup> Přijetí spirituální roviny do oblasti adiktologie může potvrzovat i skutečnost, že v roce 2006 se nesla konference Společnosti pro návykové nemoci České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně a sekce pro alkoholismus a jiné toxikomanie Psychiatrické společnosti na téma Bio-psycho-socio-spirituální model závislosti (Ročník 2006: Bio-psycho-socio-spirituální model závislosti).



Wallace (1999, str. 22) uvádí, že na spirituální rovině je vnitřní prázdnota, ztráta smyslu a účelu života podnětem pro vznik a udržování závislosti.

Kudrle (2003c, str. 93) charakterizuje spiritualitu jako „vztah k tomu, co mne přesahuje, k čemu se vztahuji jako k nejvyšší autoritě, řádu, ideji. Jde o intimní oblast přímého prožitku toho, co je za každodenním úsilím, co dává smysl tomuto úsilí, co dává smysl životu vůbec.“ Na spirituální rovině pak Kudrle (2008, str. 19) zdůrazňuje potřebu smyslu života, duchovních hodnot a duchovní autority. Jak Kudrle (2003c, str. 93) podotýká, vnitřní prázdnota a absence smyslu života je pro jedince aktuální, nejen když do léčby přichází, ale i když ji opouští. Tuto Kudrleho poznámku bych chtěla zdůraznit. Jak uvádí Jílek (2008, str. 99), abstinenci znesnadňuje obrovská prázdnota, která najednou do života bez drogy zasáhne. Jakým způsobem mohl vnější zdroj (nejen psychoaktivní látka) naplňovat život jedince, se snažím na následujících řádcích přiblížit prostřednictvím modelu spirituality.

## 2.3 Závislost a model spirituality

Použitím modelu spirituality ve vztahu k závislosti bych jednak ráda nastínila, jak může jedince vnější zdroj a vazba na něj nasycovat, a zároveň tím potvrdila, že zdrojem pro spiritualitu může být cokoliv – v tomto případě závislost.

Na rovině **předpokladů** vnější zdroj jedinci mohou poskytovat koncepce, kterými vnímá a celkově přijímá sám sebe a hledá své místo ve světě, které by mu dávalo smysl. Příkladem je užívání psychoaktivní látky, která podle Frouzové (2003b, str. 124) umožňuje zvláštní poznání, skrze které jedinec může vnímat sám sebe a hledat smysl svého života. Kalina et al. (2001, str. 89) uvádí vliv psychoaktivních látek na psychické procesy, mezi které, podle Hartla a Hartlové (2004, str. 454), patří procesy poznávací, city a vůle, jejichž prostřednictvím se odehrává převážná část interakce člověka s okolím, ale i se sebou samým (tamtéž, str. 453). Psychoaktivní látky pak do těchto interakcí vstupují a ovlivňují je. Své místo ve světě, jak uvádí Frouzová (2003c, str. 230), může jedinci zprostředkovat virtuální realita, která je taková, jakou si ji jedinec vytvoří a jeho pohyb v ní je pro něj bezpečný. A to i ve vztahu

k druhým, protože ve virtuální realitě lze navazovat kontakty jednoduše, rychle a nezávazně, jak podotýká Frouzová (2008, str. 246). Jedinec zde má možnost vytvářet si novou identitu, která se odvíjí od toho, jak se záměrně prezentuje (tamtéž). V obou případech (světa s psychoaktivní látkou a světa ve virtuální realitě) se však jedná o svět „svůj“, ve kterém sice jedinec má své místo a vyzná se v něm, ale je mimo realitu.

Hledání a potvrzování vlastní identity, která se vyrovnává s nároky a těžkostmi života, je úkolem celoživotním (srov. Frouzová, 2003c, str. 229). Tato cesta začíná přechodem z dětského světa do světa dospělého, nadměrné užívání psychoaktivních látek, jak podotýká Hajný (2008, str. 43), mohou dospívajícímu poskytnout domnělé pocity osvobození a odpoutání. Jak dodává Kudrle (2008, str. 17), závislost se tak může stát karikovanou podobou snahy o nezávislost. Další únik může poskytovat svět her, který, jak uvádí Frouzová (2008, str. 238), je světem fantazie, světem „jakoby“, kde si jedinec může vše bezstarostně vyzkoušet, stejně jako v dětství. V dospělosti pak nevyrovnání se s vlastní rolí, nespokojenost s vlastní osobou, pocíťované zklamání z nenaplněných snů a ideálů a také skutečnost, že postupně ubývají fyzické síly a ještě když se k nim přidají bolesti, psychoaktivní látky v takovém případě mohou působit jako úleva. Frouzová (2003c, str. 229) upozorňuje na tabuizované nadměrné užívání psychoaktivních látek seniory. Nejen s nároky a těžkostmi se jedinec v životě vyrovnává, ale i s nudou a prázdnotou. K zaplňování prázdnoty a zahánění nudy může jedinci sloužit spolu s uvedenými hrami a psychoaktivními látkami například práce, které jedinec věnuje veškerý svůj osobní život (workoholismus), dále nejrůznější aktivity (například sport) a časté dopřávání si nejrůznějších požitků (v podobě jídla, nákupů). Tyto vnější zdroje mohou být pro jedince posvátné, stejně jako další koncepce, které jsou v jeho životě ústředními a jedinými správnými jejichž prostřednictvím jedná a své jednání jimi zaštiťuje, jako například politickou orientací, členstvím v nějaké organizaci, zdravým a ekologickým životním stylem. Závislý vztah k těmto koncepcím pak může mít rysy fanatismu a s ním spojené slepé uctívání a prosazování takových koncepcí. McMahon a Cambell (in Kopřiva, 2000, str. 89) kladou závislost na náboženství mezi ostatní závislosti, které slouží jedinci jako nepropustné hranice před všemi zátěžovými pocity a které mu tak umožňují se cítit více jistější a sebevědomější.

Na rovině přesahu působí psychedelické látky, které mohou mít podle Kudrleho (2003a, str. 83) transformativní charakter, ve kterém jedinec může objevovat povahu posvátné autority. Hledání posvátného lze spatřovat i při hrách, ve kterých jedinec doufá ve vyplnění snů a v kouzla, jak uvádí Frouzová (2008, str. 237). Příkladem posvátné autority je „šťěstěna“ jako jakýsi symbol „velké matky“ dle Galdsona (in Frouzová, 2003a, str. 268), ke které se jedinec může upínat nejen při hře, ale i v celém svém životě. Segal a Steward (in Jeřábek 2008, str. 60) užívání psychoaktivních látek spojují se zábavou, jejíž role je v současném světě glorifikována.

Celý koncept hledání se a utváření vzniká, potvrzuje se a kultivuje v kontaktu s druhými, ve **společenství**. Společenskost, jak uvádí Skála (1988, str. 5), je jednou ze základních potřeb lidské seberealizace. Psychoaktivní látky mohou tuto společenskost podněcovat a, jak Skála uvádí na příkladu alkoholu<sup>25</sup> (tamtéž), působit jako deformovaná podoba sebehledání. Alkohol, jak uvádí kolektiv autorů sdružení SANANIM (2007, str. 140) odstraňuje zábrany a to pak vede k veselejší atmosféře ve společnosti. Podle Frouzové (2003b, str. 124), jsou psychoaktivní látky vstupenkou do společnosti, ve které se užívají, poskytují jedinci lepší přizpůsobení a jak Frouzová (2003c, str. 229) dodává, pomáhají tak jedinci v nalezení svého místa a z něho vyplývajícího vědomí přináležení k určité skupině. Psychoaktivní látky ale mohou sloužit jedinci v každém společenství, jak uvádí Segal a Steward (in Jeřábek, 2008, str. 60), ke zmírnění nervozity a napětí v kontaktu s druhými, obzvláště ve společnosti opačného pohlaví. Navázání kontaktu s druhými usnadňuje prostředí virtuální reality poskytující příležitost „virtuálního spolubytí“, jak uvádí Frouzová (2008, str. 246), ve kterém mohou vztahy probíhat nezávazně. Jak Frouzová upozorňuje (tamtéž), časté pobývání jedince ve virtuálním společenstvím, které preferuje před skutečným společenstvím, může odrážet jeho prožívanou nesmyslnost v sociálním prostoru, od kterého se postupně může úplně izolovat. Takzvané „taneční drogy“ nesoucí název podle místa, kde se nejčastěji užívají, a to na

---

<sup>25</sup> Jak upozorňuje Popov (2003, str. 151), nelze opomenout prvenství České republiky v celosvětových tabulkách v konzumaci piva. A jak dále uvádí (tamtéž), dokonce také patříme mezi státy s nejvyšší spotřebou alkoholických nápojů. Kolektiv autorů sdružení Sananim (2007, str. 139) upozorňuje na skutečnost, že se alkohol často jeví méně nebezpečný, než opravdu je. I když je obecně tolerovaný a jeho užívání je spojeno se společenskými událostmi, ve skutečnosti má vysoký návykový potenciál a jeho nadměrné užívání je spojeno s mnohými riziky (tamtéž).

tanečních akcích s doprovodnou reprodukovanou hudbou, užití ve skupině nebo v páru, jak popisuje Minařík (2008, str. 362), zvyšují komunikativnost jedince a jeho potřebu dotýkat se druhého, probouzejí vnímání lásky a empatie, která je obzvlášť ceněná.

Na rovině společenství také působí závislost na druhém člověku označovaná jako *kodependence* (jak uvádí Kudrle, 2003b, str. 109), od které jedinec odvíjí vlastní identitu. Podle Krausové (dle ústního sdělení tématu „Jsi moje všechno...“ – závislá osobnost a její závislý svět, ze dne 21. 11. 2009) *je taková závislost náhražkou vlastní zodpovědnosti a únikem před životem. Svět takového závislého člověka vypadá tak, že stále čeká na něco zvenku, odráží svět druhého a sebe dává k dispozici. To Krausová přibližovala větou: „Budu se tě ptát, co mám dělat a ty za to budeš zodpovědný“. Závislý je odkázán na okolí a svůj život přenechává druhým. Používá druhé jako důvody a potřeby druhých nedokáže oddělit od vlastních potřeb. Má strach projevit skutečné emoce. Autentické potřeby se naučil skrývat, protože se bojí reakce druhého. Vnitřní zátěž je ochromující. Nejistota spočívá v obavě být takový, jaký je (tamtéž).* Jak Kudrle (2003b, str. 110) doplňuje, *kodependence* je nesena pocitem studu, že vlastní Já je nějak „defektní a neadekvátní“, což jedinci brání vytvářet zralé a funkční hranice. *Kodependence* je podle Kudrleho (tamtéž), kromě nejčastější závislosti, také podstatou všech ostatních závislostí. Termínem *kodependence* Hajný (2008, str. 42) označuje *spoluzávislost*, která spočívá v tom, že blízké okolí závislého mu jeho závislost umožňují tím, že jeho potíže se závislostí nepřipouštějí, zlehčují a konstruktivně neřeší.<sup>26</sup>

Ze společenství a koncepcí vyplývají **normy a hodnoty**, se kterými se jedinec ztotožňuje a které mu v životě slouží jako ukazatel. Účast na skupině závislé v jakékoliv podobě může být podmíněna dodržováním stanovených norem. Samotná závislost může být pro jedince a jeho život nejvyšší hodnotou.

Vnější zdroj může být pro jedince i rituálem, jak uvádí Frouzová (2003c, str. 229), bez kterého jedinec už nemůže být. Působí tak i na rovině **obřadů**. Různé rituály spojené s užíváním psychoaktivních látek nebo účast na něm (na hře, na sportu atd.) mohou jedinci

---

<sup>26</sup> Tématem spoluzávislosti se podrobně věnuje Jan Jílek, a to nejen v teorii, ale i v praxi vedením terapeutické skupiny, protože považuje terapii spoluzávislých za stejně důležitou jako terapii závislých (2008, str. 15). Jak podotýká (tamtéž, str. 20), chování a uvažování obou aktérů je podobné, i když je každý zdánlivě na jiné straně.

dávat pocity bezpečí a větší jistotu v jeho životě. Jak uvádí Kudrle (2003a, str. 83), užívání psychedelických drog, se kterými má lidstvo nejstarší zkušenost, bylo běžně ritualizováno. Kudrle (2003c, str. 94) užívání psychoaktivních látek spojuje i se současnými „novodobými rituály zasvěcování a kultovními aspekty“, které zasazuje do „chrámů diskoték“.

K uvedeným rovinám se vztahují osobní, ale také společné **zážitky**, které se vztahují k jedinci samotnému, k jeho poznání, hledání se a učení, ve vztahu ke společenství a také k posvátné autoritě. Užívání psychedelických látek, jak uvádí Kudrle (2003a, str. 83), poskytuje transformativní zážitky, při kterých jedinec může prožívat vlastní narození nebo smrt a zažívat jednotu s celým vesmírem. Jedinec při jejich užívání může navazovat kontakt s posvátnou autoritou, ke které si tak vytváří osobní vztah.

Nejen ze zážitků, ale ze všech uvedených rovin si jedinec může pamatovat různá **vyprávění**, která jsou pro něj a jeho život subjektivně významná. Jejich zdrojem může být účinek některé látky či zážitek s ním spojený a také například dotek zmíněné „šťěstěny“, jak uváděl Galdson (in Frouzová, 2003a, str. 268), kterou může být výhra. Vyprávění mohou působit také na celou skupinu, která od nich odvíjí své hodnoty, normy a koncepty.

Zmíněným prožíváním hudby na tanečních akcích je podporována rovina **tvořivosti**. Nejen psychoaktivní látky, ale podle Frouzové (2008, str. 237) také hra svým působením na nevědomé obsahy lidské psychiky umožňuje být kreativním. Psychoaktivní látky mohou jednak ovlivňovat uměleckou tvorbu jedince, ale také jejich užívání v uměleckých společenstvích, podle Kudrleho (2003a, str. 87), může mít vliv na celou oblast umění.

### **2.3.1 Zhodnocení vztahu závislosti a spirituality zprostředkované modelem spirituality**

Při zachycení jednotlivých rovin jsem vnímala, jak jedna s druhou souvisí a navzájem se překrývají bez striktních hranic. Samozřejmě toto zachycení nemůže být kompletní, protože předkládá pouze některé pohledy a mínění. Model spirituality na příkladu závislosti potvrdil jednak, že zdrojem spirituality může být cokoli a také komplexnost spirituality a zároveň komplexnost závislosti, které obě působí v rámci celé osobnosti. Na somatické úrovni jedince se závislost i spiritualita podílí na pojetí vlastního zdraví, nakládání s ním a s prožíváním fyzické bolesti. Na psychické rovině působí zejména vlastní pojetí osoby, jejího vnímání a

nacházení svého místa ve světě. Místo, které zprostředkovává závislost, je však svět „svůj“ stojící v protikladu ke světu reálnému, který je pro jedince naopak nesrozumitelný a ve kterém nenachází své místo. Dále také se podílí na dospívání jedince, jeho osamostatňování a přijímání svých rolí a vytváření identity. Na sociální rovině se závislost a spiritualita podílí na účasti na společenství, které uznává nějaké normy, podle kterých se jedinec řídí.

Přiblížení se „svému“ světu jedince může otevírat možnosti v procesu léčby, jak jedince konfrontovat s jinými koncepcemi, hodnotami, společenstvím a vůbec s celým světem reálným. Zde shledávám místo pro spiritualitu, která ve spojení s poradenstvím a psychoterapií může ukazovat cestu ze závislosti, jak bude obsahem následujících řádků.

## **2.4 Poradenství a psychoterapie v léčbě závislosti**

Cílem léčby závislosti je změna, jak uvádí Kalina (2008a, str. 293), která podle Světové zdravotnické organizace znamená spolu se snižováním závislosti a nemocí s ní spojených také zvyšování úrovně života klientů na bio-psycho-sociální úrovni, aby mohli žít nezávisle a plnohodnotně. Podle Jílka (2008, str. 26) v případě léčby závislosti nejde o boj, který by závislost jednou ranou zneškodnil a odstranil ze života, ale jde o postupný a dlouhodobý proces. Nedojde-li ke změně myšlení a chování, jak Jílek (tamtéž, str. 25) podotýká, dlouhodobého zlepšení není možné dosáhnout. Doba, která je podle Jílka (tamtéž str. 109) ke změně potřebná, bývá tak pět let. Z tohoto hlediska lze do léčby zahrnovat i tzv. následnou péči, v rámci které klient zařazuje započaté změny (např. v léčebně nebo terapeutické komunitě) do svého každodenního života „venku“ a dále je rozvíjí. V rámci vytváření bezpečného a podnětného prostředí, ve kterém dochází k potřebné změně myšlení a chování jedince, bych ráda zdůraznila místo poradenství a psychoterapie.

Poradenství, podle Novosada (2009, str. 99), je podporou klienta k řešení jeho nepříznivé životní situace. Tato podpora, jak uvádí Matoušek (2008, str. 142), podle cílů a vymezení poradenské činnosti zahrnuje od předávání potřebných informací také získávání náhledu na sebe (na své možnosti a také limity) a na druhé, spolu s rozvíjením a získáváním dovedností nových. S posledně jmenovaným působením na rozvíjení osoby jedince se

poradenství překrývá s psychoterapií,<sup>27</sup> která se zaměřuje, jak uvádí Kalina a Miovský (2008, str. 159), na dosahování žádoucí změny osobnosti (jejího myšlení, chování, emocí, osobní charakteristiky), a to pouze psychologickými prostředky, jak doplňuje Vymětal (2004, str. 20), které jsou komunikační a vztahové povahy. Společným základem pro změnu v poradenství a psychoterapii je *motivace* klienta k aktivní účasti na léčebném procesu, jak uvádí Broža (2008, str. 115). K tomu Nešpor (2006, str. 25) dodává, že práce s motivací klienta je tím zásadním v procesu léčby. Jak podotýká Miovský (2008, str. 113), poradenství může být a také je nejčastěji využíváno i u klientů, kteří nejsou příliš motivováni ke změně a jsou stále závislí.

Společné pro poradenství a psychoterapii jsou jejich pilíře, na kterých jako pomáhající profese stojí, a to: **terapeutický vztah** a **osoba terapeuta**. Terapeutický vztah je označován (Vybíral a Roubal, 2010, str. 35) jako nástroj psychoterapie, ale rozšiřují jej i na oblast poradenství, kde stejným způsobem vytváří základ pro terapeutický proces. Výraz *terapie-terapeutický* zde budu používat k označení léčebného procesu a *terapeuta* jako osoby, která tento proces vede.

**Terapeutický vztah**, jak uvádí Bartošíková, Miovský a Kalina (2003, str. 31), je pro většinu klientů dosud nepoznaná zkušenost v podobě nového vztahu k druhé osobě, který může být jednak po určitou dobu pro něj nejvýznamnějším vztahem a který mu pomůže překonat krizi a do budoucna posloužit jako model pro osobní vztahy.

---

<sup>27</sup> Vymětal (2010, str. 10) přibližuje psychoterapii na základě etymologie, která vypovídá o tom, že výraz psychoterapie pochází z řečtiny a obsahuje v sobě dvě slova *psýché* a *therapón*. Slovem *psýché* se kromě motýla označovala duše, a to ve významu „původní životní síly, mající zdroj v sobě samé“ (tamtéž). Jak Vymětal (tamtéž) vysvětluje, duše jednak byla analogickým označením života i vyjadřovala vztah člověka k životu. K životu odkazuje i sloveso *psychein*, které znamená dýchat a jak Vymětal (tamtéž) dodává, dýchání jakožto podmínka a projev života. Slovo *therapeuó*, jak Vymětal (tamtéž, str. 11) objasňuje, znamená sloužit a *therapónem* byl označován služebník, průvodce a opatrovník bohů. Vymětal (tamtéž) tak obrazně vyjadřuje poslání terapeuta, který „opatroje princip života a má blízko k bohům, kteří ho pověřují“. Jak Vymětal uvádí (tamtéž, str. 34), v současné době existuje několik desítek základních psychoterapeutických přístupů. Vymětal (tamtéž, str. 37) upozorňuje na vyhraněné zastávání určitého psychoterapeutického směru, jako jediného správného a toho nejlepšího. Jak dodává, v nadměrné vyhraněnosti je úskalí, že je nesena emočně, tedy, že jí terapeut „věří“ a snadno pak svůj přístup vnímá jako univerzální a vhodný pro všechny klienty. Vymětal (tamtéž, str. 40) k tomu dodává: „Různé psychoterapeutické strategie, včetně používaných technik a metod, působí individuálně odlišně, záleží na tom, kdo je užívá (osoba terapeuta), u koho (osobnost klienta) a za jakých podmínek. I zdánlivě stejný postup vede k různým výsledkům, stejně jako tentýž výsledek může být různě zhodnocen a vykládán.“

Pro vymezení terapeutického vztahu mezi klientem a terapeutem Vymětal (2010, str. 109) jmenuje: **důvěru**, která vzniká, nebo zaniká zkušeností klienta s terapií a terapeutem, k němuž se vztahuje jako k autoritě. Jako další nutnou součást Vymětal (tamtéž) uvádí **naději**, která vyjadřuje, že klient v terapeutickém procesu doufá ve změnu k lepšímu. Dále **vývoj a komplementarita** vztahu, ve kterém se mění vzájemné pozice klienta a terapeuta – jako příklad této změny Vymětal (tamtéž, str. 109-110) uvádí **subjektivní blízkost a vzdálenost**, tedy potřebný osobní odstup a oboustranné vymezení hranic mezi terapeutem a klientem, při kterém postupně dochází k vzájemnému přibližování. Blízkost by klientovi měla poskytovat bezpečí, ve kterém se cítí pochopený a může být nanejvýš upřímný a otevřený (tamtéž, str. 110). Zároveň je ale určitá vzdálenost potřebná, aby autorita terapeuta a jeho duševní zdraví zůstaly zachovány a mohl rozlišovat, co je možné a co není. Při ztotožnění by pomáhající přišel o potřebný odstup a nebyl by už pomáhajícím, jen „stejně smýšlejícím“, jak Vymětal (tamtéž) vysvětluje.

Vedle vytvoření terapeutického vztahu mezi terapeutem a klientem je klíčová **osoba terapeuta**. Její samozřejmou součástí, jak podotýká Broža (2008, str. 115), je permanentní vzdělávání zahrnující složku teoretickou, ale i vlastní poznání, které, jak doplňuje Matoušek (2008, str. 142), je zvláště nezbytné při působení na změnu osobnosti klienta. V psychoterapii, jak podotýká Miovský a Bartošíková, je část sebezkušenostní a supervizní podmínkou k jejímu výkonu.<sup>28</sup>

Při charakteristikách osoby terapeuta se autoři (Vymětal, 2010, str. 142–144 a Broža, 2008, str. 118–119) shodují na společných rysech, při kterých vycházejí z C. R. Rogerse (in Vymětal, 2010, str. 44)

1. Terapeut má být **akceptující**, jak dodává Broža (2008, str. 118), to neznamena, že souhlasí se vším, co klienta dělá, ale že ho přijímá, jaký je a klient toto přijetí vnímá.

---

<sup>28</sup> V rámci sebeporozumění je podle Vymětala (2010, str. 16) stejně jako u klienta důležité poznání a vyrovnání se s vlastní osobou a také porozumění motivacím, které vedou dotyčného k výběru a vykonávání pomáhající profese. Jak Vymětal (tamtéž) doplňuje, aby se za motivací neskrývala právě kompenzace vlastních slabostí, touha po moci a ovládání druhých a jejich poučování. Poznání motivací je důležité také vzhledem ke skutečnosti, jak Vymětal (tamtéž, str. 15) uvádí, že psychoterapie (a já doplňuji poradenství) je profese často náročná, zatěžující a přináší i zklamání.



2. Terapeut má být **empatický**, tedy že se dokáže vcítit do pocitů a jednání klienta, jak uvádí Broža (2008, str. 118), a přiblížit se tak jeho osobě, jak dodává Vymětal (2010, str. 143).
3. Terapeut má být **autentický**, tedy, jak uvádí Vymětal (tamtéž), že jeho jednání a komunikace není v rozporu s jeho myšlením a prožíváním a stává se tak pro klienta srozumitelnou osobou.

Společným pro poradenství a psychoterapii, jak se shodují Miovský s Bartošíkovou (2003, str. 25) a Broža (2008, str. 113), je dále jejich široké uplatnění v celém léčebném procesu od práce v terénu po tzv. následnou péči a také je spojuje skutečnost, jak se opět autoři (Miovský a Bartošíková, 2003, str. 26, Broža, 2008, str. 113) shodují, že kromě klientů samotných jsou pro psychoterapii a poradenství cílovou skupinou i blízcí a příbuzní klientů. Vztah poradenství a psychoterapie ke spiritualitě uvedu na následujících řádcích jednak představením duchovního poradenství, tak uvedením společných paralel psychoterapie a spirituality.

#### **2.4.1 Duchovní poradenství**

Duchovní poradenství, jak nás s ním seznamuje Vojtíšek (2008, str. 141–154), shodně s obecným vymezením poradenství obsahuje od jednorázové nebo krátkodobé nejnutnější podpory poskytované radcem po dlouhodobější působení na osobnost klienta, na hledání a uskutečňování jejích možností a její růst (tamtéž, str. 142). Jak Vojtíšek (tamtéž) uvádí, duchovní poradenství není spojeno s konkrétní duchovní tradicí, proto je otevřené pro jedince všech duchovních tradic i pro jedince bez zakotvenosti v konkrétní duchovní tradici. Tím je vymezeno, jak Vojtíšek dodává (tamtéž, str. 142), od poradenství zprostředkovaných náboženskými společnostmi nebo hnutími a jejich příslušníky, v křesťanské tradici se takové poradenství nazývá *pastorační* (tamtéž, str. 141). Požadavky na osobu duchovního poradce spolu s výše uvedenými vyžadují ještě, podle Vojtíška (tamtéž, str. 143), orientaci a přehled v náboženské scéně a zároveň nestrannost poradce ve svém vztahu k ní. Naopak vlastní

aktivní duchovní život poradce, jak Vojtíšek (tamtéž, str. 144) dodává, může jemu a celému poradenskému procesu být zdrojem pro navázání terapeutického vztahu.

Takto popsané duchovní poradenství odpovídá konceptu spirituality představenému v této práci. Jeho místo shledávám jako smysluplné všude tam, kde se uplatňuje poradenství. V rámci jednotlivých spirituálních terapeutických metod je požadavek na spirituální nestrannost terapeuta specifická vzhledem k odvíjení se metody od vlastní spirituality (případně religiozity) terapeuta. Přesto zde určitý odstup pokládám za výhodný, aby mohl být terapeut vnímavý ke specifickým potřebám klienta (srov. Vymětal, 2010, str. 40).

#### **2.4.2 Psychoterapie a spiritualita**

Podle Vymětala (2010, str. 19) zde psychoterapie byla odjakživa, a to jako součást běžného života. Člověk se vždy snažil porozumět sobě, vyrovnat se s úzkostí a strachem, pochopit svět v jeho celku a nalézt v něm své místo a úlohu. Jak Vymětal doplňuje (tamtéž), psychoterapie se tak staví do těsné blízkosti k filozofii a k teologii. Spojuje je také změna člověka, jeho kvalitativně vyšší osobní růst a také pojetí jedince ve vztahu a vztahujícího se k druhým (tamtéž). Takových pro člověka zásadních témat je spousta a otázkou zůstává, jestli v nich má psychoterapie vedle filozofie a teologie vůbec nějaký význam. Vymětal (tamtéž) odpovídá, že ano, protože psychoterapie je disciplína empirická, pro kterou je specifické praktické zaměření (práce s klientem), podložené vědeckým zkoumáním. K filozofii a teologii má však podle Vymětala (tamtéž, str. 19–20) blízko nejen teoreticky, ale i prakticky (jako příklad uvádí pastorační).

V první kapitole jsem zmiňovala přibližování se náboženství k psychoterapii, jak o tom píše Lužný (2010, str. 32). Říčan (2007, str. 303–305) psychoterapii a náboženství porovnává a poukazuje na jejich společné paralely. Jelikož religiozitu, víru vázanou na náboženskou instituci, vnímám jako konkrétní vyjádření spirituality, podobnost mezi psychoterapií a náboženstvím rozšiřuji na rovinu podobnosti psychoterapie a spirituality. Nešpor (2006, str. 134) uvádí příklad z vlastní praxe, kdy jeden abstinující doslova řekl: „spiritualita je obsažena i v psychoterapii“. Kromě výše uvedených požadavků na osobu terapeuta je podle Yeomanse (in Smékal, str. 27) v kontextu psychoterapie a spirituality

kladen na psychoterapeuta požadavek jeho vlastní reflexe spirituality, která pak přímo ovlivňuje jeho chápání problémů klienta a vytváření podnětného prostředí. Smékal (tamtéž, str. 27) zastává názor, že vytvoření spirituálního kontextu v psychoterapii je pro psychoterapeuta výzvou, kterou nelze podceňovat. Paralely mezi psychoterapií a spiritualitou jsou následující (Říčan, 2007, str. 303–305):

### ***1. Nabídka řádu***

Psychoterapie poskytuje svým klientům řád, jehož úspěšné zvládnutí je obzvlášť v léčbě závislosti ústředním tématem. Říčan (tamtéž, str. 303) poukazuje na osvědčený řád, který poskytuje i náboženská instituce, ve které je zároveň tento řád posvěcován.

### ***2. Práce s těžkými vzpomínkami a jiným psychickým materiálem***

Jak Říčan uvádí (tamtéž, str. 303), v psychoterapii je klient podporován k tomu, aby hovořil o tom, co ho tíží. V katolické církvi je členům poskytována zpověď, která, jak Říčan (tamtéž) uvádí, je vnímána jako podmínka ke spáse.

### ***3. Skupinová psychoterapie***

Jak v psychoterapii, tak i v náboženství, podle Říčana (tamtéž, str. 304), jsou si členové společenství navzájem oporou, kde mohou sdílet své problémy a zároveň se i učit jednat.

### ***4. Navození prožitků vysoké intenzity***

Psychoterapie i náboženství dokáže podle Říčana (tamtéž) zprostředkovat jedinci takové prožitky za účelem znovuprožití a lepšího zpracování, jako příklad uvádí holotropní dýchání v psychoterapii a exorcismus v náboženství.

### ***5. Katarze***

Jak Říčan (tamtéž, str. 304) uvádí, v psychoterapii vnitřně očištný prožitek (jak katarzi přibližuje Hartl a Hartlová, 2004, str. 252) umožňuje přivádění vytěsněného materiálu z nevědomí zpět do vědomí a v náboženství může mít podobný efekt zmíněná zpověď.

## ***6. Rituály, symbolická jednání***

Podle Říčana (tamtéž) obzvláště ve skupině umožňují rituály klientovi plně si prožít změny, ke kterým dochází (např. odpuštění sobě samému). Náboženství poskytuje řadu rituálů, které věřícím poskytují zvládat své problémy.

## ***7. Přenos***

Při přenosu, jak vysvětluje Vymětal (2010, str. 111), si jedinec „přenáší svoje postoje, způsoby prožívání a reagování dříve osvojené do současného vztahu“. Přenos, jak Říčan podotýká (tamtéž, str. 305), vytvoří prostor, ve kterém může docházet k účinným změnám osobnosti, ať už probíhá přenos mezi klientem a svým terapeutem či členem církve a svým duchovním.

## ***8. Posílení Já jako centra osobnostní struktury***

Jak Říčan (tamtéž) uvádí, psychoterapie i náboženství předává jedinci hodnotový systém, začleňuje ho do společnosti a podílí se na vytváření jeho identity a jejím růstu.

## ***9. Narativní psychoterapie***

Podle Říčana (tamtéž) psychoterapie nabízí klientovi, často psychodramatickou formou, příběh, kterého se může účastnit a své negativní a nejasné prožívání si tak může ozřejmit v rámci konkrétního kontextu. Náboženství jedinci umožňuje takové poznání prostřednictvím svých posvátných příběhů.

## ***10. Transformace velmi raných, primitivně strukturovaných afektů***

Jak Říčan (tamtéž) uvádí, psychoterapie (konkrétně psychoanalýza) a stejně tak mohou i někteří duchovní měnit afekty „v komplexní existenciální vhledy a přesvědčení“.

## 2.5 Shrnutí

Pojmem závislý vztah se snažím upozornit na společná rizika všech forem závislostí. Pohled, kterým závislý vztah sleduji, je prostřednictvím spirituální roviny. Ta je v oblasti adiktologie uznávanou složkou v rámci mezioborového přístupu a její role bývá autory nejčastěji dávána do souvislosti s vnitřní prázdnotou a smyslem života. Rozšiřující pohled na spirituální rovinu, obsaženou v závislosti, poskytuje model spirituality, jehož všech sedm rovin závislost může nasycovat. Pohled na závislost jedince prostřednictvím modelu spirituality tak umožňuje se přiblížit jeho spirituálním potřebám, které sytil právě závislostí a může ho nasměrovat v hledání zdrojů jiných ve svém nezávislém životě, aby do tohoto života bez závislosti nezasáhla prázdnota. Aby závislý jedinec mohl vést nezávislý život, musí změnit své myšlení a chování, jak o tom vypovídá z vlastní zkušenosti Jan Jílek. Psychoterapie spolu s poradenstvím za podmínky psychoterapeutického výcviku osoby terapeuta vytváří bezpečné a podnětné prostředí, ve kterém může k takové změně docházet. Společné paralely psychoterapie a spirituality potvrzují opět roli spirituality na utváření a rozvoji osobnosti jedince, tedy i na jeho změně. Odvětvím poradenství, které přímo pracuje a rozvíjí rovinu spirituality jedince, je poradenství duchovní.

### 3. Spirituální terapeutické metody

V této kapitole se věnuji čtyřem konkrétním spirituálním terapeutickým metodám. První uvedenou metodu – hagioterapii volím na základě vlastní účasti na ní, ostatní metody, kterými jsou: společenství Anonymních alkoholiků, holotropní dýchání a ikonoterapie, čerpám z časopisu Adiktologie. K jejich popisu užívám modelu spirituality, prostřednictvím kterého přibližuji jednotlivé roviny spirituality v nich zastoupené a rozvíjené.

#### 3.1 Uvedení do spirituálních terapeutických metod

Naplnění jednotlivých rovin spirituality v těchto metodách a jejich význam pro účastníky nemusí odrážet rozsah, který jsem jim věnovala. Například tím, že jsem byla účastna hagioterapie, mohu popsat podrobněji rovinu obřadu, to by ale nemělo odkazovat k tomu, že jiné metody ji tak obsáhlou nemají, ale spíše skutečnost, že jsem z představených pramenů tolik nezachytila. K zachycení jednotlivých metod čerpám z popisu terapeutů, které sami skupiny vedou. U popisu Anonymních alkoholiků čerpám převážně z jejich knihy Anonymní alkoholici, obsahující příběhy zakladatelů spolu s Dvanácti kroky, strukturu jejich setkání čerpám od psychiatra a psychoterapeuta Karla Nešpora a psychoterapeuta Romana Peška.

#### 3.2 Hagioterapie a Prokop Remeš

##### Příloha č. 1: Biblický příběh z hagioterapie (text)

*„Když čteme příběh o králi Davidovi a krásné Bat-šebě,<sup>29</sup> účastníci našich skupin často vyjadřují intenzivní a stravující zlost na krále Davida. Za samolibost, s jakou svedl ženu svého věrného bojovníka, a za krutost a cynismus, s kterým zorganizoval jeho vraždu. Když však poukážeme na to, že čtenáři dělají vlastně totéž, co dělal David, když slyšel příběh o sobeckém bohatci z Nátanova příběhu (že se totiž cítí pobouření nad chováním druhého člověka), objevuje se u nich zmatek. „No, a proč ne?“ ptají se. Tento zmatek se ale mění ve zvláštní*

---

<sup>29</sup> V Bibli se tento příběh nachází ve 2. knize Samuelově v 11. a 12. kapitole.

*druh aha-zážitku, když jim klademe otázku: „Co byste si mysleli, kdyby se nyní a zde mezi vámi objevil prorok Nátan a pravil vám: „Ten David jsi ty!““*

*Zastavme se na okamžik. V čem přesně spočívá působivost Nátanova příběhu? Především v tom, že hovořil na dvou rovinách: na jedné rovině králi překládal smyšlený problém právní spravedlnosti, na druhé rovině zrcadlil osobně Davida a jeho životní příběh. A podobně to může být i s námi. Na otázku po emocích, které zažíváme ve vztahu ke králi Davidovi, přichází odpověď, která převádí biblické vyprávění do osobní roviny. V jejím zrcadle můžeme spatřit zcela nečekaně: „Ten člověk (David), to jsem přece já!“*

*Abychom byli schopni vidět Davidův příběh jako symbolické zrcadlo našich životních příběhů, je třeba, abychom se hlouběji ponořili do dávného děje i do vlastního nitra. Právě přesmyk od intelektuálního poučení k existenciálnímu oslovení tvoří podstatu děje, který se často odehrává při psychoterapii. Zatímco pro filozofy je svět předmětem myšlení, psychoterapie ho činí místem setkání a srovnávání různých náhledů na skutečnost. Psychoterapie není pouze o zvažování informací. Je spíše o oslovení novými souvislostmi a o schopnosti vidět věci jinak.“*

[Zdroj: Remeš, Halamová, 2004, str. 9-10]

Na uvedeném příkladu popisuje MUDr. et Mgr. Prokop Remeš základní koncepce hagioterapie, působící na rovině **předpokladů**. Remeš pracuje jako lékař a psychoterapeut v Psychiatrické léčebně Bohnice, vystudoval také katolickou teologickou fakultu a je předsedou Společnosti pro hagioterapii a pastorační medicínu (Představujeme se, 2009f). Jak Remeš (Hagioterapie, 2009d) vysvětluje, hagioterapie je forma existenciální psychoterapie, která je založena na terapeutické práci s biblickými texty. Jak Remeš (tamtéž) podotýká, „hagio“ v názvu je z řeckého „hagios“ a znamená „svatý, posvátný“, tím odkazuje k posvátnosti textů, se kterými pracuje. Liší se tak od *biblioterapie*, která terapeuticky pracuje se všemi knihami.

I když Remeš při terapii používá Bibli, jak uvádí (tamtéž), předmětem terapie nejsou křesťanské věroučné obsahy, ale následující psychické struktury, které podle něj s náboženstvím (a podle mě s celou spiritualitou) souvisí:

1. *struktury existenciální: otázky smyslu života, hodnot, vztahů, smrti, zodpovědnosti atd.,*
2. *struktury numinózní: postoje obdivu, vděčnosti, lásky či sebeobětování atd.,*
3. *struktury morální: dobro a zlo, vina, trest, odpuštění atd.*

[Zdroj: Remeš, Hagioterapie, 2009d]

Podle Remeše (in Demko, Když Písmo léčí i nevěřící..., 2006) závislí často nemají jasno jednak v otázkách smyslu života, ale i v oblasti hodnot. Proto, jak uvádí (Historie a cíle, 2009e), se při hagioterapii zaměřuje na posilování „*dospělých psychických struktur*“. *Dospělá psychická struktura* je podle Remeše (tamtéž) taková, „jejíž životní, náboženské a etické výstupy nejsou racionalizací vlastních, zejména narcistických dynamik (částí lidského nevědomí odpovědných za napětí), jsou vnitřně konzistentní a obhajitelné v racionálním diskurzu a jsou konzistentní i s citovou a emocionální složkou lidské psychiky“. Toto posilování zároveň označuje (tamtéž) jako bezprostřední cíl hagioterapie. Koncepce hagioterapie tak přímo souvisí s rovinou **norem a hodnot**.

Vzdáleným cílem hagioterapie je podle Remeše (tamtéž) změna způsobu života vedeného nespokojenou touhou po tom, co člověk nemá, ke způsobu života vedeného radostnou vděčností za to, co člověk má. Fromm (in Remeš, tamtéž) tyto dva životní způsoby označuje jako „*mít*“ a „*být*“, které Remeš (Dvě cesty, 2009a) přirovnává ke dvěma cestám, „*mít*“ je cesta „ekonomická“ a „*být*“ je cesta „spirituální“. Rozlišení těchto dvou cest v hagioterapii, jak Remeš (tamtéž) poznamenává, je terapeuticky zásadní.

Na rovině předpokladů dále v hagioterapii působí *model lidské psychiky*, jak ho popisuje Crabb (in Remeš, Základní principy, 2009g) na obraze biblického příběhu o stvoření Adama:



## **Příloha č. 2: Model lidské psychiky od Larryho Crabba (text)**

*Po té, co zhřešil a zaslechl kroky Boha procházejícího se v zahradě za denního vánku, skrývá se první člověk Adam v houštinách rajské zahrady. Na Boží volání „Kde jsi?“ odpovídá: „Slyšel jsem v zahradě tvůj hlas a bál jsem se. A protože jsem nahý, ukryl jsem se“ (Gen 3,10). Adamova odpověď zahrnuje tři oddělené části: Výpověď o prvním poznání o sobě samém („**jsem nahý**“), výpověď o první emoci, která z jeho poznání vychází („**mám strach**“), a výpověď o první strategii chování, jak se se svým strachem vypořádávat („**ukryl jsem se**“). V Adamovi lze spatřovat prototyp každého z nás. Pro každého z nás platí, že jsme konstituováni propletením tří základních existenciál:*

***Vědomím smrti** – základní poznání každého z nás o sobě samém spočívá v poznání naší bezvýznamnosti. V poznání, že každý z nás je prach, který může být pro svoji nicotnost, slabost nebo hříšnost odmítnut, ponížen, opuštěn nebo zničen. V konečné instanci vyjadřuje toto poznání nejočividnější nevyhnutelnost našeho bytí – vědomí naší vlastní smrti.*

***Úzkostí z neexistence** – jak si lze ověřit na existenci nočních můr (které se sice liší vnějším obsahem, ale proces, který je způsobuje, je vždycky týž) základní reakcí člověka na smrt je úzkost. Víme, že jednou zemřeme, rozumem si uvědomujeme fakta a naše mysl – přesněji její nevědomá část, která nás chrání před přemírou úzkosti – disociuje, tedy odděluje strach ze smrti od našeho vědomí. V jistém smyslu však každá úzkost a každý strach, který prožíváme, je nejen strachem z odmítnutí lidmi, světem nebo Bohem, ale na nejhlubší rovině i strachem z vlastní smrti a neexistence.*

***Obranami** – abychom unikli úzkosti, která nám brání, abychom chovali ke světu, Bohu i ostatním lidem spontánní city, hledáme cesty, jak se se svými pocity vypořádat. Skrýváme svoji autenticitu a hrajeme „role“ – jednou se utíkáme k láskyplné oddanosti a snažíme se přilnout k nejsilnějším osobám, které kolem sebe máme (za základní životní hodnotu považujeme hodnotu „být milován“). Jindy se pokoušíme o vzpouru a boj (a za základní hodnotu považujeme hodnotu „být uznáván“). A jindy se zase můžeme pokusit vytěsnit ostatní ze svého*

*vnitřního života a emocionálně se od nich distancovat (hodnota „být svobodný“). Ve zdravých mezilidských vztazích se kroky „k“ ostatním, „proti“ nim nebo „od“ nich navzájem nevylučují. Pokud se ale tyto kroky stávají extrémními, ulpívavými a strnulými, stávají se mocným zdrojem bolesti, utrpení až případné psychopatologie lidské duše.*

[Zdroj: Remeš, Základní principy, 2009g]

Biblické příběhy, se kterými hagioterapie pracuje, působí na rovině **vyprávění**. Podle Remeše (2004, str. 20) je Bible užívaná v hagioterapii vnímána jako „zrcadlo“ lidského nitra. Tento přístup k Bibli, jak dále popisuje (tamtéž), vychází z evropské tradice a zaměřuje se na osobní povahu vnímání čtenáře, která vychází z jeho vlastních zkušeností. K zpracování těchto osobních vnímání biblických příběhů se terapeutovi, jak Remeš (tamtéž) uvádí, nabízí dvě metody: *hlubinně analytická* a *existenciálně analytická*.

Jak Remeš (tamtéž) popisuje, *hlubinně analytický přístup* k Bibli rozpracoval německý psycholog a teolog E. Drewermann. Podle Drewermann (in Grün, 1994, str. 14) autoři Bible zachycují své zkušenosti v obrazech, ve kterých se každý může najít. C. G. Jung (in Grün, tamtéž, str. 15) tyto obrazy, které jsou společné pro všechny lidi ve všech dobách a liší se jen konkrétním ztvárněním, nazýval *archetypy*. Drewermann (in Grün, tamtéž, str. 15–16), srovnává archetypy vyskytující se v biblických příbězích s archetypy obsaženými v našich snech a nachází v nich podobnosti. Drewermann (in Grün, str. 16) se tedy domnívá, že biblické příběhy by se měly vykládat obdobně jako naše sny, a to na základě dvou rovin. Remeš (2004, str. 21) tyto roviny vysvětluje následovně: na objektivní rovině je příběh záznamem o našem vnějším světě, zobrazuje naši aktuální situaci, ve které se nacházíme. Na druhé, subjektivní, rovině příběh odráží náš vnitřní svět, naše vnímání situace a vlastní pohled na ní (tamtéž).

*Existenciálně analytický přístup*, jak Remeš (2004, str. 21) uvádí, vychází z logoterapie V. E. Frankla a jeho žáka A. Längleho, dle kterých, jak vysvětluje Remeš (tamtéž), je pro člověka každá situace výzvou pro vlastní svědomí, aby naplnilo nějaký smysl. A to naplňování smyslem i takových situací v životě člověka, které jsou těžké a bolestivé, což má pro psychoterapeutický proces veliký potenciál, jak Remeš (tamtéž) dodává. Podle

Remeše (tamtéž) jsou v biblických příbězích obsaženy věčné motivy smrti, viny, hodnot a smyslu, zachycené v obrazech nebo symbolech, které mohou být každému inspirací k jeho cíli, k němuž se rozhodne vydat. Remeš (Existenciálně analytický přístup, 2009b) tyto dva přístupy shrnuje slovy: „zatímco hlubinně psychologický přístup odhaluje pravdu o naší minulosti a současnosti, existenciálně analytický přístup vypovídá o tom, co pro nás má být“.

V hagioterapii shledávám významnou roli **společenství**, protože se odehrává ve formě skupinového setkání, sedí se v úzkém kruhu, účastníci na sebe vidí a vnímají společnou blízkost. Na začátku skupiny se každý účastník představí svým křestním jménem a v průběhu skupiny si i s Remešem každý tyká. Tato osobní rovina společenství pak pozitivně působí na vzájemné naladění a společné sdílení. Skupiny se závislými probíhají odděleně, zvlášť mužské a ženské. Remeš na ně zve i účastníky zvenku, které do skupiny rovnocenně zapojí. Osobní sepětí se společenstvím umocní vzájemné držení se za ruce při společné modlitbě. Celá struktura skupiny působí na rovině **obřadů**. Doprovází jej místo, kde skupina probíhá (v místnosti kostela sv. Václava v Bohnicích), spolu s katolickými předměty (které se nachází v místnosti, kde se skupina setkává). V úvodní části po představení si skupina připomene předešlé setkání. Než se přistoupí ke čtení biblického příběhu, Remeš pronese metaforu „lovců perel“ od Efréma Syrského (in Remeš, Formální rámec, 2009c): *„Lovci přicházejí na břeh moře, odkládají oděv a hledají těžký kámen, který by jim pomohl svou tíží sestoupit do hlubiny na mořské dno. K tomu musejí mít odvahu, aby se pustili do temnoty vodních vírů. Odložme tedy vše, co nám brání se soustředit, vezměme pro tuto chvíli jako danost, že příběhem, který budeme číst, jsem míněn já, že se v něm hovoří o mé situaci, mějme tu odvahu pustit se do svých hlubin.“* Tyto perly symbolizují skleněné kuličky na stoličce uprostřed kruhu účastníků. Biblický text se čte celkem třikrát. Nejdříve čte příběh dvakrát někdo z účastníků a po té je Remeš seznámí s historickým rámcem příběhu. Napotřetí čte příběh Remeš a při něm mají účastníci aktivně vnímat své emoce. Po třetím přečtení si pak všichni emoce sdělují. Nejdříve má každý sdělovat svoji nejsilnější emoci, kterou při čtení příběhu cítil, a po tom se Remeš ptá po emoci vzteku, tedy co nebo kdo účastníky v přečteném příběhu štvalo. Podle Remeše (dle ústního znění, ze dne 28. 7. 2009) emoce vzteku se váže na náš vnitřní svět a naše vnímání. Pak následuje kolečko individuálních reflexí k příběhu, při

kterém si účastníci předávají dřevěný meč. Kdo zrovna mluví, ten meč drží. Jak Remeš poznamenává (Formální rámec, 2009c), „důraz je zde kladen na vyjadřování hodnotících soudů a postojů a jejich vzájemnou konfrontaci“, (například se Remeš účastníků ptá, jestli jednání konkrétní postavy v příběhu bylo správné a proč, jak by se v takové situaci zachovali oni apod.). Po kolečku reflexí si každý účastník vezme skleněnou kuličku, která symbolizuje jeho ulovenou perlu, tedy co ho nejvíce v příběhu oslovilo, co k němu nejvnitřněji promluvílo, a o tuto perlu se podělí s ostatními. Skupina končí společnou modlitbou, jako posilou účastníkům do dalších dnů.

Samotný průběh a působení skupiny může být pro účastníky **zážitek**. Na osobní rovině může prožít působením příběhu a terapeutické skupiny aha-zážitek, tedy ozřejmění vlastního chování nebo obecně vztahování se k nějaké skutečnosti. Zážitky ze skupiny poskytují i překročení osobní a společenské roviny k vnímání Boha, jeho vůle a skutků zachycených v biblických příbězích. Já osobně jsem měla pocit, jako by se Bůh skupiny účastnil.

V hagioterapii lze najít i rovinu **tvořivosti**, jednak literárním působením biblických příběhů, a také, když Remeš dá za úkol vytvořit sousoší (z vybraných účastníků skupiny) symbolizující jednotlivé postavy v přečteném příběhu, tak, jak je každý účastník skupiny vnímá.

### **3.3 Společenství Anonymních alkoholiků a Dvanáct kroků k uzdravě**

#### **Příloha č. 3: Dvanáct kroků Anonymních Alkoholiků (text)**

1. *Přiznali jsme bezmocnost nad alkoholem – naše životy začaly být neovladatelné.*
2. *Dospěli jsme k víře, že síla větší než naše obnoví naše duševní zdraví.*
3. *Rozhodli jsme se předat svoji vůli a svůj život do péče Boha, tak jak ho my sami chápeme.*
4. *Provedli jsme důkladnou a nebojácnou morální inventuru sami sebe.*

5. *Přiznali jsme Bohu, sami sobě a jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb.*
6. *Byli jsme zcela povolní k tomu, aby Bůh odstranil všechny tyto naše charakterové vady.*
7. *Pokorně jsme ho požádali, aby naše nedostatky odstranil.*
8. *Sepsali jsme listinu lidí, kterým jsme ublížili a kterým to chceme nahradit.*
9. *Rozhodli jsme se provést tyto nápravy ve všech případech, kdy situace dovolí, s výjimkou kdy toto počínání by jim nebo jiným uškodilo.*
10. *Pokračovali jsme v provádění osobní inventury, a když jsme chybovali, pohotově jsme se přiznali.*
11. *Pomocí modlitby a meditace jsme zdokonalovali svůj vědomý styk s Bohem, jak jsme ho chápali my, a modlili se pouze za to, aby se nám dostalo poznání jeho vůle a síly jí uskutečnit.*
12. *Výsledkem těchto kroků bylo, že jsme se spirituálně probudili a v důsledku toho jsme projevíli snahu předávat toto poselství ostatním alkoholikům a uplatňovat tyto principy ve všech našich záležitostech.*

[Zdroj: Anonymní alkoholici, 1996, str. 67–68]

Jako možnosti spirituality při léčbě závislosti odborníci<sup>30</sup> z oblasti adiktologie nejčastěji odkazují na společenství Anonymních alkoholiků a jejich Dvanáctikrokový program. Společenství Anonymních alkoholiků, jak uvádí Nešpor (2007, str. 101), bylo

---

<sup>30</sup> např. Frouzová (2003b, str. 126), Kalina (2003, str. 81), Kudrle (2008, str. 22), Wallace (1999, str. 17–34).

založeno v roce 1935 Dr. Bobem Smithem a Billem Wilsonem v USA, a jak dodává (Nešpor, 2006, str. 125), rozšířilo se do celého světa. V knize společenství Anonymních alkoholiků s názvem Anonymní alkoholici (1996, str. vii) se dozvídáme, že počet jejích členů se odhaduje na více než 2 miliony lidí, kteří se v rámci 95 tisíc skupin setkávají ve 146 zemích světa. Jak uvádí Pešek et al. (2005, str. 490), od roku 1990 Anonymní alkoholici působí i v České republice, kde funguje kolem 30 skupin ve 20 městech.

Anonymní alkoholici jsou založeni na svépomocném programu, jak vysvětluje Vobořil a Kalina (2003, str. 84–85), to znamená, že skupiny si vedou a účastní se jedinci s vlastní zkušeností závislosti. Jak uvádí Nešpor (2006, str. 125), po vzoru Anonymních alkoholiků vznikly další svépomocné organizace na základě Dvanácti kroků, jako Anonymní hazardní hráči, Anonymní přejídači, ale také svépomocné organizace sdružující jedince nemocné (cukrovkou, lupénkou atd.) Dvanáct kroků vychází ze závislosti na alkoholu, ale ostatní organizace je aplikovaly na další formy závislosti nebo nemoci. Pro přiblížení rovin spirituality, které v programu Anonymních alkoholiků shledávám obsažené, vycházím z jejich knihy Anonymní alkoholici (1996).

Knihy začíná Billovým příběhem s názvem Billova výpověď (Anonymní alkoholici, 1996, str. 1–19) a končí Zlým snem Dr. Boba (tamtéž, str. 187–195), tedy osobními **vyprávěními** obou zakladatelů Anonymních alkoholiků. Dozvíme se z nich o totálním debaklu, který jim alkohol zapříčinil, ale také o tom, jak se jim podařilo ze dne na den přestat pít. V Billově výpovědi se formou vyprávění nastiňují i základní koncepce, které mu pomohly nad alkoholem zvítězit a které jsou shrnuty ve dvanácti krocích. Na těchto koncepcích pak Anonymní alkoholici staví a podrobně je dále v knize rozebírají, často v první osobě množného čísla, takže čtenář si může připadat této koncepcí účastný a přímo oslovený.

Vyprávění Billa a Dr. Boba mají základ v **zážitcích**, se kterými se závislý čtenář může ztotožnit a inspirovat se jimi. Billova výpověď, kromě zážitku debaklu, popisuje i zážitek, kdy ho v největším úpadku navštívil přítel (také bývalý alkoholik), který se ze závislosti dostal díky víře. Objasňuje mu základní koncepce, které Bill přijme za své a s alkoholismem skončuje. Uvěření ve Vyšší moc je zde (tamtéž, str. 204) označováno jako „spirituální

zážitek“. Tento zážitek, jak je zde uvedeno, nemusí mít podobu náhlého obratu, a také u málokoho takovou podobu měl, ale častěji se odehrává postupně, jak jedinec jde po Dvanáctikrokové cestě.

Z roviny **předpokladů** se dozvíme jednak o pojetí člověka, jednak o pojetí Boha. Podle Anonymních alkoholiků (tamtéž, str. 51) je závislý člověk naprosto neschopný si z alkoholismu pomoci vlastními silami, protože jeho síly na to nestačí. Proto musí uznat Sílu, která je větší než on sám (tamtéž). Podoba této Síly, která je zde (tamtéž, str. 53) označována jako Bůh, spočívá ve vytvoření vlastní koncepce. Tato koncepce má jedinci umožnit, aby se mohl přiblížit Bohu a navázat s ním vztah (tamtéž). Není podstatné, jak bude jedinec Boha nazývat, ať už jako Tvořivou inteligenci nebo Ducha vesmíru (tamtéž, str. 53), podstatná je víra jedince, že existuje Síla větší, než je on sám (tamtéž, str. 54). Uznání této Síly stojí na počátku jeho cesty k duchovnímu růstu (str. 53). V předmluvě (tamtéž, str. xii) je uvedeno, že Anonymní alkoholici nejsou spojeni s žádnou určitou vírou, sektou nebo církví, ale zároveň nestojí proti žádné z nich.

Další kroky zahajuje osobní očista, kterou označují jako *osobní inventuru* (tamtéž, str. 73). Koncepty Anonymních alkoholiků tak přímo souvisí s rovinou **norem a hodnot** (které shrnuje Dvanáct kroků). V rámci osobní inventury by měl jedinec podrobně zapsat na papír svou zlost, kterou pociťuje, ať už k lidem, institucím či principům, jak se tato zlost v jeho životě projevuje (tamtéž, str. 74), své chyby a také svůj strach (tamtéž, str. 77), který je podle Anonymních alkoholiků příčinou spousty problémů (str. 78). Osobní inventura však nezůstává jen u papíru, ale jedinec má svou osobní historii, své chyby, obavy a naštvaní přiznat a rozebrat s druhým člověkem (tamtéž, str. 83). Anonymní alkoholici k vyzpovídání doporučují církev nebo osobu z církve, která je zpovědí pověřena. Nezná-li jedinec nikoho takového, nebo mu nedůvěřuje, pak si má k vyzpovídání zvolit někoho ze svých blízkých, kterému důvěřuje (tamtéž, str. 84), ale s ohledem na to mu tím neublížil, jedná-li se například o někoho z rodiny (tamtéž, str. 85).

Po tomto vyzpovídání se má jedinci dostavit úleva a možnost pocítit blízkost k Bohu (str. 86). Osobní inventura zpovědí ale nekončí, přímo na ní navazují vlastní skutky, protože, jak je zde uvedeno (tamtéž, str. 87): „víra beze skutků je neúčinná“. Proto jedinec musí

napravit chyby, kterých se dopustil a vyhledat osoby, kterým v životě ublížil (tamtéž). V průběhu uskutečňování kroků posiluje jedince modlitba k Bohu, působící na rovině **obřadů**, například tato uvedená (tamtéž, str. 86-87): „*Můj stvořiteli, jsem teď ochoten se ti celý odevzdat, dobrý i zlý. Modlím se, abys odejmul všechny mé charakterové vady, které jsou překážkou mé užitečnosti Tobě i mým bližním. Dej mi sílu, abych mohl od nynějška vykonávat tvé příkazy.*“ Meditace doporučená ráno a večer umožňuje jedinci se zamýšlet nad svým uplynulým i následujícím dnem, jestli se nechoval ustrašeně, sobecky nebo nečestně a přemýšlet, jak se může chovat lépe (tamtéž, str. 98). Meditace pak má být zakončena modlitbou, ve které jedinec Boha poprosí o vedení ve svém jednání během dne a o potřebné zdroje k řešení problémů (tamtéž, str. 99). Jak Anonymní alkoholici upozorňují (tamtéž), je třeba se vyvarovat modliteb, které by sloužily k vlastnímu sobeckému prospěchu. Pokud jedinec chce, ranní meditace se může účastnit také jeho partner nebo přítel (tamtéž).

Jak Anonymní alkoholici uvádí (a zároveň tak završují Dvanáctikrokovou cestu), největší opora abstinence spočívá v pomoci ostatním alkoholikům (str. 101), která je zároveň součástí víry jedince (str. 106). V rámci této pomoci má jedinec ostatní závislé aktivně vyhledávat, pomáhat jim a předávat poselství založené na Dvanácti krocích (tamtéž, str. 101). Tato pomoc jednak utváří koncepty vlastní osoby ve vztahu k druhým a zároveň působí na rovině **společenství**. Jak popisují svůj vztah ke společenství (tamtéž): „Neustálý kontakt s nováčky a jeden s druhým, to je světlý bod našich životů.“ Jak probíhají setkání Anonymních alkoholiků (opět zasahující do roviny obřadů) popisuje Pešek et al. (2005, str. 491) a Nešpor (2007, str. 104–105). Jak uvádí Pešek et al. (2005, str. 491), setkání zahajuje, moderuje a ukončuje zvolený sekretář. Obvykle začíná přivítáním nových účastníků, jak Nešpor (2007, str. 104) dodává. Pokaždé, když někdo z účastníků začne mluvit, představí se křestním jménem spolu s pojmenováním své závislosti, jak uvádí Pešek et al. (2005, str. 491), „Jsem... a jsem alkoholik“, jak doplňuje Nešpor (2007, str. 104). Při takovém představení podle Peška et al. (2005, str. 491) si má každý uvědomovat svou bezmocnost vůči alkoholu (jeden ze zmíněných konceptů Anonymních alkoholiků vztahující se k vlastní osobě). Další pravidla setkání (zasahující opět do roviny norem a hodnot), která uvádí Nešpor (2007, str. 104) jsou, že se všichni účastníci navzájem oslovují křestními jmény a zachovávají svoji



anonymitu. Dále, ten, kdo hovoří, nemá být přerušován a nemají mu být kladeny otázky (tamtéž). Jak doplňuje Pešek et al. (2005, str. 491), účastníci se jednak učí trpělivosti a disciplíně a také neskouzávat k přátelskému povídání, ale držet se představeného příběhu, aby byl dodržen terapeutický proces. Osobní příběhy, které jsou na setkáních sdělovány, podle Nešpora (2007, str. 105) připomínají ostatním účastníkům jejich vlastní vzpomínky a zkušenosti, mnohdy navzájem dosti shodné. Když dotyčný domluví, jak podotýká Pešek et al. (2005, str. 491), ostatní účastníci mu poděkují. Otevřených setkání se mohou účastnit i jedinci, kteří nejsou závislí (například příbuzní účastníků), uzavřených setkání se mohou účastnit jen členové Anonymních alkoholiků (tamtéž). Jak dodává Nešpor (2007, str. 104), na setkání mají přístup i účastníci pod vlivem alkoholu, nesmí zde ale hovořit. Krátká přestávka zahrnutá do setkání, ve které se účastníci mohou občerstvit, jak uvádí Nešpor (tamtéž, str. 105), slouží ke zmírnění napětí účastníků a také k dalšímu udržení pozornosti, když je setkání delší. V průběhu setkání také mnohdy probíhá sbírka na provozní náklady (tamtéž). Setkání končí, jak uvádí Pešek et al. (2005, str. 491), společnou modlitbou od svatého Augustina: „Bože, dej mi sílu přijmout to, co změnit nemohu, odvahu změnit to, co změnit mohu a moudrost jedno od druhého rozpoznat.“

### **3.4 Stanislav Kudrle a holotropní dýchání**

#### **Příloha č. 4: Zážitky účastníků holotropního dýchání (text)**

*„Anna – alkoholička: prožila v prvním dýchání setkání se zemřelou matkou, ve kterém jí sdělila vše to, co nebylo za života vyřčeno, a prožila tak hlubokou úlevu ve smíření s její smrtí. V dalším dýchání pak měla zážitek, že drží své srdce v dlaních a zlehka jej hladí. Uvědomila si při tom křehkost vlastního života, zázračnost života a potřebu se chránit. Od té doby přestala pít alkohol.“*

*„Pavel – alkoholik: prožil ve třech dýcháních setkání s duchovní bytostí, respektive směřování k ní, které se nikdy nenaplnilo. Vždy, když už mělo k setkání dojít, došly mu síly a bytost se vzdálila. Prožívaná frustrace se proměnila v náhled: „Dokud si budu popírat určité*

*aspekty své závislosti, nedojdu k úplnému setkání s touto bytostí.“ Konkrétně tímto popíráním byl *abusus*<sup>31</sup> marihuany. Jakoby se mu bytost vždy rozplynula v marihuanovém obláčku.“*

[Zdroj: Kudrle, 2005, str. 183]

MUDr. Stanislav Kudrle, psychiatr a psychoterapeut se soukromou praxí v Plzni (Kudrle, Osobní), aktivně prosazuje spiritualitu při léčbě závislosti a zdůrazňuje její potřebu v léčebném procesu. Užívá metodu holotropního dýchání, pro jejíž popis čerpám z Kudrleho článku Holotropní dýchání v terapii závislých, uveřejněného v roce 2005 v časopise Adiktologie, str. 179–185.

### **Holotropní dýchání**

Jak Kudrle (2005, str. 182) uvádí, metodu a techniku vytvořili Stanislav a Christina Grofovi na základě svých výzkumů působení psychedelických látek (především LSD) a s nimi spojených mimořádných stavů vědomí. Zjistili, že doprovodné zrychlené dýchání (hyperventilace) nejen prohlubuje zážitek, ale samo o sobě dokáže vyvolat změněný stav vědomí bez užití psychedelických látek (tamtéž).

Podle Kudrleho (tamtéž, str. 181) metoda holotropního dýchání užívaná v terapii se závislými, „s lidmi, kteří někde uvízli, když se snažili najít cosi, co by uspokojilo jejich prožívání, a toto hledání spojili s návykovou látkou“,<sup>32</sup> mu umožňuje přiblížit se více „dovnitř“ jejich problémů. Jak Kudrle (tamtéž) dodává, může tak více pochopit jejich potřeby, přání a samotnou závislost, na jejímž vzniku má látka jen částečný podíl.

V předchozí části Závislost a její léčba jsem uváděla Kudrleho (2008, str. 18) koncepci o přirozené lidské potřebě měnit své prožívání (která působí na rovině **předpokladů**). Jak Kudrle (2005, str. 181) dodává, tato přirozená potřeba vyvstává ze strachu z pomíjivosti a neustálých životních změn a nutí člověka hledat prostředky, jak se s těmito negativními prožitky vyrovnávat. Látky, které dokáží toto negativní prožívání ovlivňovat, jak Kudrle

---

<sup>31</sup> Termínem *abusus* se označuje „škodlivé užívání“ (Jeřábek, 2008, str. 53).

<sup>32</sup> Kudrle (2003a, str. 83) návykové látky, které způsobují závislost, vyděluje od látek psychedelických.

(tamtéž) podotýká, jsou pro někoho úplně magické. Duchovní tradice, podle Kudrleho (tamtéž), učí jednak chápat souvislosti života v širším kontextu, v kontextu „vyššího plánu“, ale také s tímto „vyšším plánem“ najít způsob spolupráce. Kudrle (tamtéž) shledává za významné s duchovní rovinou pracovat v terapii, protože často účastníkům umožňuje více nahlédnout do svých mnohdy iracionálních přání. Užívání návykových látek Kudrle (tamtéž) přirovnává k nešťastné volbě „hledajících“, kteří často ani neví, že něco hledají (proto v uvozovkách). Holotropní dýchání podle Kudrleho (tamtéž) zprostředkovává realitu, „která je za“ a umožňuje nalézat osobní vztah k vyšší moci. V terapeutické skupině se pak Kudrle (tamtéž) zaměřuje tyto transformativní zážitky zprostředkované holotropním dýcháním zpracovat a co nejvíce vztahovat ke každodennímu životu jedince.

Zážitek zprostředkovaný holotropním dýcháním tak má přímou souvislost s osobními koncepcemi a prolíná rovinu předpokladů s rovinou zážitkovou.

Terapeutické možnosti a cíle změněných stavů vědomí dle Grofa (in Kudrle, 2005, str. 182) jsou:

1. *emoční a psychosomatické léčení,*
2. *cesta k dosažení lepší životní strategie,*
3. *filozofické a duchovní hledání.*

[Zdroj: Grof in Kudrle, 2005, str. 182]

Ponechám stranou diskusi, je-li tato metoda správná a bezpečná.<sup>33</sup> Sám Kudrle (tamtéž, str. 184) upozorňuje, že holotropní dýchání nemusí být jednak pro fyzické zdraví každého jedince příliš vhodné a také, že nezpracované prožitky z holotropního dýchání mohou ohrožovat psychickou rovinu jedince. Proto upozorňuje (tamtéž), že s metodou se nemá pracovat laicky a před účastí na ní doporučuje poradit se jak o svém zdravotním stavu, tak o vlastní motivaci prožitky zpracovávat.

---

<sup>33</sup> Své pochyby již podruhé vznesl Český klub skeptiků (Jubilejní Diamantový Bludný Arcibalvan..., 2008) který udělil Stanislavu Grofovi v pořadí druhý Bludný balvan.

Při metodě holotropního dýchání je významně sycena rovina zážitková. Ještě ale než dojde k samotnému „dýchání“, účastníci se rozdělí do dvojic, jeden je „dýchající“ a druhý ho opatruje (tzv. sitter), tyto role si pak vymění (tamtéž, str. 180). V této struktuře spatřuji rovinu **obřadů**, která je založena na (tamtéž, str. 184):

1. zrychleném dýchání
2. hudbě
3. práci s tělem

Kudrle (tamtéž, str. 183) vysvětluje, že reprodukováná hudba má co nejvíce působit na rozvíjení transu<sup>34</sup> a prohloubení prožitku účastníka. To je například hudba etnická, vážná nebo meditační, tedy taková, která není tolik známá, aby nemohla vyvolávat v účastnících konkrétní vzpomínky (tamtéž). Práce s tělem, jak Kudrle (tamtéž) uvádí, uvolňuje tělesné napětí, které je způsobeno emocionální zátěží spojenou s prožitky.

**Zážitek** je zprostředkován jak vlastním „dýcháním“, tak „sittrováním“ a je tedy kromě prožívání i spoluprožíváním. Kudrle (tamtéž, str. 180) vzpomíná, jak pro něj byla první zkušenost „sittrování“ překvapující, protože projevy „dýchajících“ mu silně připomínaly klienty z „blázince“, se kterými měl zkušenost z vlastní praxe. Ještě více ho pak udivovalo, jak se účastníci probouzeli s klidným výrazem i po tak emočně náročném zážitku, o kterém pak dokázali radostně hovořit. Kudrleho vlastní první „dýchání“, jak popisuje (tamtéž): „bylo dosti opatrné, nijak průlomové, nicméně také poznamenané pocitem hlubokého uspokojení a sounáležitosti s druhými“.

Prostřednictvím transu, jak podotýká Kudrle (tamtéž, str. 113), je možné se navrátit k potlačeným traumatickým zážitkům a jejich znovuprožití, tzv. abreakce, přináší uvolnění a možnost zážitek více zpracovat. Povaha zážitků podle Kudrleho (tamtéž) bývá na několika rovinách: z vlastního života, z života před narozením, zážitky smrti, znovuzrození a zážitky překračující vlastní rovinu osobnosti – zážitky transpersonální, tyto roviny na sebe často navazují, jak Kudrle podotýká (tamtéž), a pro závislé mohou být rozhodujícím bodem obratu.

---

<sup>34</sup> Trans Hartl a Hartlová (2004, str. 624) označují jako „zvláštní stav vědomí, který kvalitativně mění vědomí i chování člověka“.

Jak Kudrle dodává (tamtéž), zážitky nemají jen fascinovat, jejich smyslem je ukazovat nový směr života. Zážitky tak působí i na rovině **norem a hodnot**. Významnou součástí celého terapeutického procesu je zážitky zpracovávat (tamtéž). K tomu dochází jednak malováním tzv. mandaly, obrázku, na kterém jedinec zachycuje obsah a emoce z prožitého, pak společným sdělováním zážitků ve skupině a hledáním významů na osobní (navazující na vlastní život účastníků) i na symbolické rovině, která je v zážitcích také obsažena (tamtéž).

Malováním mandaly shledávám sycenou i rovinu **tvořivosti**. Skupinové prožívání, spoluprožívání ve dvojici a pak následné sdílení, sytí rovinu **společenství**. Při dýchání sitter vytváří dýchajícímu bezpečné a podněcující prostředí pro co nejhlubší zážitek a je s ním v blízkém osobním kontaktu. V rámci roviny společenské probíhá „dýchání“ tedy nejen uprostřed skupiny lidí, ale i na rovině já – ty.

Sdělováním vlastních zážitků a sdílením zážitků skupinových je sycena rovina **vyprávění**, která může mít pro jedince a jeho život různě hodnotný význam a přínos.

### 3.5 Ikonoterapie a Milan Týmal

#### Příloha č. 5: Koncepty ikonoterapie (text)

*„Myšlenka tohoto konkrétního způsobu motivace na spirituální rovině vychází z východní křesťanské antropologie, která vnímá člověka složeného ze tří složek (duch, duše, tělo) a zasazeného do rámce Bůh - svět ve vertikále, kde od shora dolů stojí Bůh, lidský duch, duše, tělo a hmotný svět. Svět je chápán jako součást či prodloužení lidského těla (tedy všechna zvířata, stromy, kameny i hvězdný prach by měl člověk cítit jako součást svého těla a měl by se i tak chovat).*

*Horizontála, kterou jsem popsal, není ovšem statická, ale je jakýmsi energetickým kanálem, kterým proudí od shora dolů, oživující energie Božího ducha. Lidský duch, který byl stvořen k podobě Boží, má úlohu zrcadla či přijímače, přijímá božské energie a prostředkuje je duši, duše tělu a tělo světu. Můžeme tedy říci, že člověk – tvor propojující hranici nehmotné i hmotné existence, sytí a živí svět božskými energiemi. Ne náhodou je někdy nazýván hmotným bohem hmotného světa.*

*Toto vše ovšem platilo za ideálních podmínek dnes již ztraceného (a stále hledaného) ráje. Po setkání člověka s fenoménem zla a jeho nešťastné volbě došlo k deformaci jeho vnitřního uspořádání (a mimo jiné i k deformaci celého hmotného vesmíru, za který měl člověk odpovědnost). Jednak došlo k obrácení směru toku duchovních energií v člověku a také už se nejedná o božské energie. Pro zrcadlo lidského ducha se nyní stalo přirozeným, že se odvrací od Boha a obrací se směrem dolů ke své vlastní duši, od níž očekává inspiraci a energii. Duše se obrací se stejnou nadějí rovněž dolů, ke svému tělu a tělo se obrací k zemi a sytí se jí. Nejen doslova (svou hmotnou část) ale především energiemi, které zemi prostupují a skrze tělo naplňují duši a skrze duši ducha. Člověk vlastně - z duchovního hlediska - žije teď z toho, že pod sebou vyjídá zemi, kterou sám předtím duchovně oživoval a sytil. Protože země se stejně jako on sám (a díky němu) nachází pod vlivem zla (tak, že se až někdy zdá, že zlo je silnější a kam se dobro ztratilo) nemohou být energie, kterými se člověk sytí, jiné než nepřátelské a nepřející jeho vnitřní integritě a stabilitě. To je v současném věku přirozené každému člověku od narození a lidé se liší mezi sebou jen tím, kolik prostoru ve svém duchu těmto temným energiím chtějí popřát a velmi záleží na vědomém (nebo aspoň podvědomém) úsilí člověka o obrácení duchovního zrcadla zase směrem vzhůru, ke zdroji božských energií, a na naději na opětné navrácení směru vnitřního energetického toku správným směrem.“*

[Zdroj: Týmal, 2003, str. 110]

Uvedenými koncepty představuje pop a protidrogový poradce Milan Týmal působící v Jindřichově Hradci (Týmal, O vašem poradci) svůj zdroj pro terapeutický proces s klientem, který označuje na svých internetových stránkách jako ikonoterapii (Týmal, Ikonoterapie : O možnosti motivace klienta na spirituální rovině v rámci bio-psycho-socio-spirituálního modelu závislosti). Při jejím popisu budu vycházet z Týmalova článku (ve stejném znění, jak uvádí na svých internetových stránkách) s názvem O možnosti motivace klienta na spirituální rovině v rámci bio-psycho-socio-spirituálního modelu závislosti, uveřejněného v roce 2003 v časopisu Adiktologie (str. 109–113).

Jak Týmal (2003, str. 110) v příspěvku uvádí, spirituální motivační proces má širší působení než jen na klienty, kteří jsou „věřící“, protože považuje spiritualitu obsaženou i u klientů, kteří se ke konkrétní víře nehlásí. Jak ale dodává (tamtéž), necitlivé vnucování spirituality klientům může motivační proces úplně zničit.

Svoje koncepty, které Týmal (tamtéž, str. 110) čerpá z východní křesťanské antropologie, působí na rovině **předpokladů**. Jak Týmal uvádí (tamtéž, str. 113), člověk byl stvořen jako Boží obraz (ikona) a ve svém životě by měl usilovat o to, aby se mu opět podobal. Podle Týmala (tamtéž) je ale člověk ze své podstaty závislý a potřebuje se k něčemu nebo k někomu upnout. Nakolik se pak jedinec upíná k cílům přesahujícím vlastní duchovní a morální rovinu, tím více pak může rozvíjet svoji osobnost a těmto cílům se podobat. Na druhé straně, když jedinec volí cíle pod úroveň vlastní osobnosti, jako například heroin, stahuje ho dolů a podobá se těmto cílům nízkým (tamtéž).

Jedinec by se měl přibližovat ušlechtilým hodnotám – energiím (působícím na rovině **norem a hodnot**), které pochází od Boha, jako je „láska, pravda, čest, velkodušnost, milosrdenství, obětavost a jim příbuzné“ (tamtéž, str. 110). Podstatou těchto vlastností je, jak Týmal (tamtéž) popisuje, že se navzájem doplňují a dohromady formují harmonického ducha jedince.

Průběh motivačního procesu, který shledávám na rovině **obřadů**, Týmal popisuje následovně (tamtéž, str. 112). V první fázi s klientem rozebírá dobré a špatné vlastnosti. Ty dostane klient za úkol vypsát na papír, na jednu stranu vlastnosti dobré a na druhou stranu ty špatné. Ke každé vlastnosti pak dostane instrukci přiřadit jednoho člověka. Jak Týmal vysvětluje (tamtéž), vzniknou tak dvě pomyslné skupinky lidí, na jedné straně s dobrými a na druhé straně se špatnými vlastnostmi. Týmal (tamtéž) pak klientovi vysvětluje, jak je příjemné být součástí té dobré skupinky, protože uvedené vlastnosti lidí k sobě pasují a drží skupinku pohromadě, takže ji jen tak něco nemůže ohrozit. Ale naopak uvnitř druhé skupinky se člověk musí cítit nebezpečně, protože lidé zde mezi sebou bojují navzájem. Po představení skupinek Týmal (tamtéž) hovoří s klientem o jeho vlastnostech a také o skutečnosti, že klienta v jeho duši něco přitahuje i k té druhé (zlé) skupince. Poté Týmal klientovi vyloží, že

vlastnosti a hodnoty v lidské duši si počínají podobně jako lidi ve skupinkách, správný směr a cíl pak v životě udávají dobré vlastnosti a hodnoty. Jako opora k vykročení tímto směrem působí zmíněná ikona Svaté Trojice od Andreje Rubleva, která zachycuje tři téměř identické andělské postavy vyzařující „vzájemné pouto a zvláštní souznění“, jak Týmal (tamtéž) uvádí. Podobně pozitivní odpověď Týmal očekává od klienta na svou otázku, jakými vlastnostmi se tyto postavy vyznačují a jaký je jejich vztah. Kdyby klient vnímal tyto postavy a vztah mezi nimi nějak negativně, Týmal pak ikonu připodobňuje k zrcadlu, které odráží, jak klient vnímá sám sebe a jaké jsou jeho zkušenosti se vztahy. Poučí pak klienta o pozitivním vztahu mezi jednotlivými postavami, které mohou na klienta kladně působit. Klienta se pak Týmal (tamtéž, str. 112–113) dále ptá, jak by mu bylo v takové skupince lidí, které se vyznačují pozitivním vztahem jako postavy na ikoně, k tomu Týmal (tamtéž, str. 113) dodává, že všichni klienti zatím odpověděli kladně. Také, jestli klient vnímá, že je na ikoně ještě volné místo u stolu, které podle Týmala opravdu jako volné působí. Kdyby to klient tak nevnímal, Týmal ho na to upozorní a potom se zeptá, jestli by na tom místě chtěl sedět. Když klient odpoví, že ano, tak ho Týmal pobídne, aby si k nim v duchu přisedl a vnímal jen působení ikony. To ještě Týmal podpoří tichou hudbou (východním chrámovým zpěvem) a zapálením svíčky. Klient v tuto chvíli má jen sedět a pozorovat ikonu, „vstoupit“ do ní, jak Týmal (tamtéž) poznamenává, a u toho myslet na cokoli chce, podstatné je, aby se na ikonu nepřestával dívat. Nespecifikovaným obsahem myšlení klienta chce Týmal jednak předejít jeho sebekontroli, a také předpokládá, že záhy se tak bude klientovi vynořovat to, co ho nejvíce tíží. Klientovy zapsané reflexe na konci tohoto působení slouží k závěrečnému shrnutí, které je zároveň i zpětnou vazbou, jak Týmal (tamtéž) podotýká. Ta může vypovídat o změně vnímání klienta během motivačního procesu, kdy například v úvodu klient nemusel vnímat vztah mezi postavami na ikoně pozitivně, ale na konci už ano. Když klient souhlasí s dalším sezením, v úvodní části (ve které rozebíral s klientem vlastnosti), se Týmal (tamtéž) zaměřuje na následující témata:

- 1. otázce životní spravedlnosti - zda jsme v rukou neovlivnitelného osudu, nebo je důležitá naše svobodná volba,*



2. *otázce čistoty svědomí - zde by se měl klient pokusit vyrovnat s vlastními (hmotnými, ale především nehmotnými) dluhy vůči druhým lidem i vůči Božím (případně duchovním) zákonům,*
3. *otázce dalšího života po tělesné smrti - zde by se mělo hovořit o životním obzoru, jak daleko dopředu o sobě přemýšlím, o výhledu do vzdálené a – doufejme – motivující budoucnosti*
4. *otázce životního snu a štěstí – jaký mám já ve svém životě úkol, důležité poslání, čím jsem důležitý, nenahraditelný jako originální a neopakovatelná lidská bytost, co dává mému životu smysl*
5. *otázce vlastního vztahu (vztahové vazby) k Bohu (případně k “vyšší moci”) – tato osobní vazba je velmi důležitá, vzhledem k tomu, že bez ní často vypadají v běžném lidském životě (natož ve zraněném životě) šance dobra proti zlu jako nevyvážené, a to je pak velmi demotivující.*

[Zdroj: Týmal, 2003, str. 113]

Na rovině **zážitků** může působit ikona, která vyzařuje podle Týmala (tamtéž, str. 112) zvláštní atmosféru. Týmal ji ilustruje na zkušenosti jedné klientky, která uvedla, že „po celou dobu našeho hovoru obraz stále přitahoval její pohled, ačkoliv mluvili o věcech zcela jiných“. Zážitkem pro klienta může rovněž být celý motivační proces.

Na rovině **společenství** působí také osoba Týmala spolu s andělskými bytostmi na ikoně, mezi kterými by mohl chtít účastník být přítomen.

### 3.6 Shrnutí

Uvedené metody různě pracují a různým způsobem rozvíjejí jednotlivé roviny spirituality, jak přibližuje model spirituality. Použití těchto metod opět potvrdilo skutečnost, že jednotlivé roviny spolu souvisí, prostupují se a vytváří jednotný celek. Všechny tyto metody působí na změnu osobnosti a na její rozvíjení, proto by osoba terapeuta měla mít psychoterapeutické vzdělání. Tento požadavek splňuje Prokop Remeš a Stanislav Kudrle. Anonymní alkoholici

v tomto ohledu zastávají specifické místo, protože si skupiny vedou sami závislí a význam zde má vlastní zkušenost závislosti, proto záleží na citlivosti účastníků, jak skupiny vedou a působí na sebe navzájem. Tyto metody, kromě Anonymních alkoholiků, stojí na osobě terapeuta a jeho koncepcích, který zde sám působí na rovině předpokladů jako autorita. Až na metodu ikonoterapie, která probíhá na individuální rovině účastník a Milan Týmal, všechny metody se odehrávají ve společenství. To je významnou součástí, které samo jednak působí na rovině společenství, ve kterém jedinec sdílí a je všemi přijímán, ale také zasahuje do roviny konceptů, protože poskytuje jedinci utvářet a potvrzovat svůj vztah k druhým.

## Závěr

Tato práce představuje spiritualitu jako rovinu osobnosti, která se podílí na jejím utváření a rozvoji. Předmětem závěru jsou odpovědi na výzkumné otázky položené v úvodu:

1. Spiritualitu umisťuji do českého prostředí, kde se podle výsledků přednesených Václavíkem ukazuje nízký podíl institučně zakotvené víry, který ale neznamená pokles víry samotné. Ta sice podléhá osobnímu výběru a preferencím jedince, které ale mají obstát jako zdroj, ze kterého jedinec bude moci čerpat při svém rozhodování se a jednání v životě.
2. Při definici spirituality se inspiroji Vojtíškem a Smékalem a definuji ji jako „osobní vnímání posvátna a jeho vyjadřování“. Vymezením posvátna navazuji na pojetí Pargamenta jako na vědomí vlastních omezených hranic a úctu k tomu, co je převyšuje. Spiritualita nestojí v protikladu k institučně zakotvené víře, religiozitě, ale vnímám ji jako konkrétní podobu spirituality.
3. K objasnění toho, co a jakým způsobem je pro jedince posvátné, používám Vojtíškův model spirituality, který pracuje se sedmi rovinami tvořícími dohromady komplexní složku jedince – jeho spiritualitu. Podílí se na ní pojetí vlastní osoby, jejího nacházení smyslu, místa ve světě, vztahu k druhým a k posvátné autoritě (rovina předpokladů), k vyjádření těchto pojetí v životě jedince a i celého společenství slouží rituály, které jsou oporou ve víře a v celém životě, naplňující ho řádem a bezpečím (rovina obřadů). Ze svých pojetí a jejich potvrzování prostřednictvím rituálů může jedinec čerpat morální zásady, které mu poskytují zdroj v jeho jednání a v celém jeho životním směřování (rovina norem a hodnot) a které spolu s rituální praxí a osobními pojetími mohou pocházet a utvrzovat se v posvátných příbězích, o zázracích, svatých nebo jinak významných osobnostech, jejich činech a v příbězích morálních a poučných (rovina vyprávění). Na vytváření osobního vztahu k sobě, k druhým, ke světu, k posvátné autoritě a na přijetí rituálů a příběhů jako osobní součásti ve vztahu k morálním zásadám, se podílí jejich vlastní prožití (rovina zážitků), které zároveň vzniká a rozvíjí se v kontaktu a sdílení s druhými (rovina společenství). Vyjádřením posvátného umožňuje vlastní i společná produkce nějakého díla (rovina tvořivosti), která může být spojena

s osobními příběhy, prožitky a doprovázet rituální praxi. Výchozí skutečností pro tyto roviny je, že se navzájem prostupují, mohou mít u každého jedince různou podobu s různou mírou zastoupení a působí živě, tak, aby odpovídaly na aktuální potřeby a preference jedince.

Tento model zahrnuje i skutečnost nasycování jednotlivých rovin jedince zdrojem z nejrůznějších oblastí, nejen z duchovní tradice, ale ze všech, které jedinec jako posvátné vnímá a jako k posvátným se vztahuje.

4. Smyslem užívání pojmu spirituality a jeho vyjádření prostřednictvím modelu je přiblížit se určité oblasti vnímání a směřování jedince. Pojem a model spirituality nemá sloužit jako všeobecná norma, protože jejich užívání přináší i určitá úskalí, která ve spojení s pojmem spirituality spočívají v jeho nepřijetí ostatními, považování pojmu za neurčitý nebo naopak omezený a jeho přirovnávání k dobru. Úskalí používání modelu spirituality spatřuji v umělém třízení jednotlivých rovin jedincovy spirituality a jejich hodnocení.

5. V pojetí závislosti pracuji s pojmem závislý vztah, který nerozlišuje formy závislosti, naopak vyjadřuje jejich společnou povahu, kterou definuji jako „vazbu jedince na vnější zdroj, který sytí jeho vnímání a jednání“. V takto široce pojaté závislosti a také skutečnosti pasivní role jedince při nasycování vnějším zdrojem, se inspiroji zejména Kudrlem, stejně tak ve vyjádření společných rysů pro všechny závislosti, které čerpám ještě od Frouzové. Tyto rysy mají počátek ve vazbě jedince na vnější zdroj, který postupně nabývá na osobní významnosti a potřebě jedince, i když ohrožuje jeho zdraví (v rovině bio-psycho-socio-spirituální). Jedinec roli vnějšího zdroje čím dál více umísťuje do středu své identity, od které odvíjí a mění své vnímání a chování, a které stojí v cestě jeho osobnímu rozvoji a kvalitě života.

6. Role spirituality v oblasti adiktologie bývá nejčastěji spojována se smyslem života a s naplňováním vnitřní prázdnoty. Spirituální potřeba pak silně zaznívá při vydání se na nezávislou cestu ohroženou prázdňným místem, které po odpoutání se z vazby na vnější zdroj zbylo a je najednou nenaplněno.

7. Jak model spirituality ukázal, závislost může nasycovat všechny roviny závislosti a zastupovat tak roli posvátna v životě jedince. Nejsilněji se ukázala zastoupená rovina předpokladů, v rámci které závislost jednak zaplňuje jedincovu prázdnotu, dává mu smysl a

také se podílí na vytváření vztahu ve všech pojetích já – ty – svět – posvátno. Tato pojetí přímo vznikají a nabývají na významu ve společenství, které se ukazuje podobně široce zastoupené jako rovina předpokladů. Použití závislosti jako zdroje spirituality jednak potvrdilo výchozí předpoklad modelu spirituality, že jednotlivé roviny se navzájem prostupují, nepůsobí odděleně, mohou být různě zastoupené a také, že jejich zdrojem může být cokoliv, v tomto případě závislost. Jak závislost, tak spiritualita se potvrzují být komplexními, které působí v rámci celé osobnosti jedince, ze které musí vycházet i celý léčebný proces.

8. Léčba závislosti je vymezena změnou myšlení a chování jedince, ve které má nezastupitelné místo poradenství a psychoterapie. Jejich společným nástrojem je terapeutický vztah a osoba terapeuta, které jsou zároveň zásadou pro bezpečný a podnětný kontext, ve kterém může probíhat změna jedince a s ní spojený rozvoj jeho osobnosti. Při jejich pojetí vycházím z Vymětala, který terapeutický vztah vymezuje *důvěrou, nadějí, vývojem, komplementaritou, osobní blízkostí a vzdáleností* a osobu terapeuta definuje jako *akceptujícího, empatického a autentického*. Vztah spirituality a poradenství nacházím v duchovním poradenství, tak jako ho popisuje Vojtíšek, které nevychází z žádné konkrétní duchovní tradice, ale zaměřuje se na duchovní oblast všech jedinců, ať duchovně zakotvených i nezakotvených. Paralely spirituality a psychoterapie představené Říčanem potvrzují společnou roli psychoterapie a spirituality na utváření a rozvoji osobnosti jedince.

9. Koncept spirituality jako roviny podílející se na utváření a rozvíjení osobnosti jedince je společný pro všechny čtyři spirituální terapeutické metody. Přestože každá metoda různým způsobem jednotlivé roviny spirituality rozvíjí, ve všech metodách roviny spirituality spojuje jejich vzájemná provázanost, která se komplexně podílí na změně osobnosti účastníků, aby mohli vést nezávislý život, který by je naplňoval. Společné pro všechny metody je také role spirituality jako prostředku k poznávání vlastní osoby účastníků a jejího prožívání, hledání smyslu života a utváření vztahu k druhým spolu s utvářením vztahu k posvátné autoritě. V každé metodě je prostor pro vlastní vnímání posvátné autority a vyjadřování jejího vztahu k ní. Aktivní hledání posvátné autority je obsaženo v metodě holotropního dýchání, ve které ji účastník může poznávat a být s ní v osobním kontaktu. Anonymní alkoholici ponechávají

koncepti posvátné autority na každém jedinci, za účelem co nejosobnějšího navázání vztahu. Metoda hagioterapie a ikonoterapie vychází z křesťanských konceptů, které účastníky nezavazují, jen inspirují. Kromě ikonoterapie všechny metody probíhají ve společenství, které se významně podílí na celém terapeutickém procesu. Společné je i zasazení celé spirituality do každodenního života účastníků jako zdroje, ze kterého bude moci čerpat při svém rozhodování a jednání. Průběh jednotlivých metod a působení osoby terapeuta zprostředkovává účastníkům zážitek, ze kterého pro ně mohou vyplývat různě osobně významná vyprávění.

10. V hagioterapii vedené Prokopem Remešem je silněji sycena rovina vyprávění, protože terapeuticky pracuje s biblickými příběhy působícími jako zrcadlo, které odráží vnímání jedince. Účastník zde na základě reflexe vlastního vnímání biblického příběhu vyjadřuje své postoje, názory, hodnoty a je zde veden, aby je vysvětloval. Celý terapeutický proces je obřadem, který má svou strukturu a který probíhá ve společenství, ke kterému se účastník vztahuje a společně s ním sdílí.

Ve společenství Anonymních alkoholiků je významně nasycována rovina norem a hodnot, které jsou zachycené ve Dvanáctikrokovém programu. Tyto normy přímo souvisí i s rovinou předpokladů, protože výchozí koncepcí pro osobu účastníka je její vlastní bezmocnost vůči závislosti, a proto musí uznat Sílu, která je vyšší. Dvanáctikrokový program působí i na rovině společenství, protože podmínkou života bez závislosti je pomáhání druhým závislým. Účastníci se pravidelně setkávají, kde si společně vypráví své zážitky a zkušenosti se závislostí, které společně sdílejí.

V metodě holotropního dýchání je sycena rovina zážitková, kterou zprostředkovávají změněné stavy vědomí. Tyto zážitky mají transformativní charakter, které umožňují účastníkům objevovat posvátno, jeho uznání jako autority a navázání osobního vztahu s ním. Tyto zážitky ale také slouží k poznávání vlastní osoby, vlastních strachů a slabostí a jejich konfrontace s nimi. Podmínkou holotropního dýchání je terapeutické zpracování zážitků, aby byly objasňovány hodnoty, které jedinci sdělují a působily jako motivace ke změně a rozvíjení jeho vlastní osobnosti.

V ikonoterapii je sycena rovina obřadu působením ikony, která ale má být pro jedince zároveň zdrojem síly a inspirace pro morální cítění, vlastní jednání a navázání osobního kontaktu s posvátnem (zde zprostředkovaném andělskými bytostmi). Týmal vychází z koncepcí východní křesťanské tradice, které spočívají v přibližování se Bohu svým morálním smýšlením a chováním a jeho uplatňováním ve vztahu k druhým. Tyto hodnoty pak na individuální rovině s účastníkem rozebírá, aby se v nich účastník mohl orientovat a řídit se jimi.

## **Summary**

### **Spiritualita při léčbě závislosti**

### **Spirituality in the Addiction Treatment**

**Lydie Kárová**

In my work, *Spirituality in the Addiction Treatment*, I focus on spirituality as a component of personality, which is involved in its formation and development. The work falls into three parts, in the first one I place spirituality into the Czech environment and present its definition, in the second part I look for the role of spirituality in the conception and treatment of addiction and in the third one I present four specific spiritual methods applied in the treatment of addiction. In all parts I work with a spirituality model by Zdeněk Vojtíšek. Seven levels of this model together form a complex component, which is spirituality. The starting concept of the spirituality model is that the individual levels transmit each other, they do not function separately, they can be variously represented and their source can be anything. This confirms an example of addiction that operates on all these levels. I define addiction as a dependent relationship that does not distinguish between forms of addiction, but emphasizes their common features. Spirituality and addiction are complex components of an individual that relate to his/her whole person. In order to change the personality, a safe and stimulating environment is needed. This environment is here defined by counseling and psychotherapy, namely their common instruments, which are the therapeutic relationship and the therapist. I find the relationship of counselling to spirituality in spiritual counseling, as it is presented by Zdeněk Vojtíšek. The relationship of spirituality and psychotherapy is defined by their common parallels presented by Pavel Říčan. The parallels are connected by the effect on the whole personality of the individual and its growth. This fact is confirmed by all the introduced spiritual therapeutic methods: hagiotherapy, Alcoholics Anonymous, Holotropic breathing and ikonotherapy. These methods work therapeutically in various ways and develop different



levels of spirituality. These are similar in their ability to globally change the personalities of the participants, for them to lead an independent and fulfilling life.

## Shrnutí

Ve své práci Spiritualita při léčbě závislosti se zaměřuji na spiritualitu jako složku osobnosti, která se podílí na jejím utváření a rozvíjení. Práci dělím do tří částí, v první umísťuji spiritualitu do českého prostředí a uvádím její definici, v druhé hledám roli spirituality v pojetí a léčbě závislosti a ve třetí uvádím čtyři konkrétní spirituální metody působící v léčbě závislosti. Ve všech částech pracuji s modelem spirituality od Zdeňka Vojtíška. Sedm rovin tohoto modelu tvoří dohromady komplexní složku, kterou je spiritualita. Výchozím konceptem modelu spirituality je, že jednotlivé roviny se navzájem prostupují, nepůsobí odděleně, mohou být různě zastoupené a jejich zdrojem může být cokoli. To potvrzuje příklad závislosti, která působí na všech těchto rovinách. Závislost vymezuji jako závislý vztah, který nerozlišuje formy závislosti, ale zdůrazňuje jejich společné rysy. Jak spiritualita, tak závislost je komplexní složkou jedince, která se vztahuje k celé jeho osobě. Aby mohlo docházet ke změně osobnosti, je třeba bezpečného a podnětného prostředí, které vymezují poradenstvím a psychoterapií, konkrétně jejich společnými nástroji, kterými je terapeutický vztah a osoba terapeuta. Vztah poradenství ke spiritualitě nacházím v duchovním poradenství, jak ho představuje Zdeněk Vojtíšek. Vztah spirituality a psychoterapie vymezují jejich společné paralely uvedené Pavlem Říčanem, které spojuje působení na celou osobnost jedince a její růst. Tuto skutečnost potvrzují i všechny představené spirituální terapeutické metody: hagioterapie, Anonymní alkoholici, holotropní dýchání a ikonoterapie. Uvedené metody různým způsobem terapeuticky pracují a rozvíjejí jednotlivé roviny spirituality, které u všech metod spojuje jejich provázanost komplexně se podílející na změně osobnosti účastníků, aby mohli vést nezávislý život, který by je naplňoval.

## Seznam literatury

### Knihy

*Anonymní alkoholici : Příběh o tom, jak se tisíce mužů a žen vyléčilo z alkoholismu.* 2. české vydání. New York : Alcoholics Anonymous World Services, 1996. xxv, 210 s.

ISBN 0-916856-28-3.

BARTOŠÍKOVÁ, Ivana; MIOVSKÝ, Michal; KALINA, Kamil. Terapeutický vztah. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2 : Mezioborový přístup.* 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 30-35. ISBN 80-86734-05-6.

*Bible : Písmo svaté Starého a Nového zákona (včetně deuterokanonických knih).* 6. přeprac. vydání. Praha : Česká biblická společnost, 1995. ISBN 80-85810-08-5.

BROŽA, Jiří. Poradenství v terénní a kontaktní práci. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie.* 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 111-119. ISBN 978-80-247-1411-0.

DAVIEOVÁ, Grace. *Výjimečný případ Evropa : Podoby víry v dnešním světě.* 1. vydání. Brno : Centrum pro studium demokracie a kultury, 2009. 207 s. ISBN 978-80-7325-192-5.

FRANKL, Viktor E. ... *A přesto říci životu ano : Psycholog prožívá koncentrační tábor.* 5. vydání. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1996. 127 s. ISBN 80-7192-095-9.

FRANKL, Viktor E. *Lékařská péče o duši : Základy logoterapie a existenciální analýzy.* Brno : Cesta, 2006. 237 s. ISBN 80-7295-085-1.

FRANKL, Viktor E. *Teorie a terapie neuróz*. 1. vydání. Praha : Grada, 1999. 172 s.  
ISBN 80-7169-779-6.

FROUZOVÁ, Magdalena. Gambleři a gambling. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003a.  
str. 267-273. ISBN 80-86734-05-6.

FROUZOVÁ, Magdalena. Psychologické a psychosociální faktory vzniku a rozvoje závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003b. str. 124-129. ISBN 80-86734-05-6.

FROUZOVÁ, Magdalena. Úvod do problematiky specifické klientely a „nových závislostí“. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003c. str. 229-231. ISBN 80-86734-05-6.

FROUZOVÁ, Magdalena. Závislost na procesech. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 237-251. ISBN 978-80-247-1411-0.

FUJDA, Milan. Modernizace, krize a náboženství: Média a šíření detradicionalizované religiozity. In LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David et al. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010.  
str. 87-117. ISBN 978-80-86702-69-8.

GRÜN, Anselm. *Hlubinně analytický výklad Písma*. 1. vydání. Praha : Česká křesťanská akademie, 1994. 85 s. ISBN 80-85795-05-1.

HAJNÝ, Martin. Psychologické, vývojové a rodinné faktory vzniku a udržování závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008.  
str. 41-52. ISBN 978-80-247-1411-0.

HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vydání. Praha : Portál, 2004. 776 s. ISBN 80-7178-303-X.

JERÁBEK, Petr. Psychopatologie závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 53-74. ISBN 978-80-247-1411-0.

JÍLEK, Jan. *Ze závislosti do nezávislosti : (spoluzávislí a nešťastní)*. Praha : Roční období, 2008. 1. vydání. 224 s. ISBN 978-80-85524-03-1.

KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. 319 s. Dostupné z WWW: <[http://www.drogy-info.cz/index.php/pomoc\\_a\\_podpora/ucebnice\\_drogy\\_a\\_zavislosti/drogy\\_a\\_drogove\\_zavislosti\\_k\\_kalina\\_a\\_kol\\_dil\\_1\\_dil\\_2](http://www.drogy-info.cz/index.php/pomoc_a_podpora/ucebnice_drogy_a_zavislosti/drogy_a_drogove_zavislosti_k_kalina_a_kol_dil_1_dil_2)>. ISBN 80-86734-05-6.

KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. 343 s. Dostupné z WWW: <[http://www.drogy-info.cz/index.php/pomoc\\_a\\_podpora/ucebnice\\_drogy\\_a\\_zavislosti/drogy\\_a\\_drogove\\_zavislosti\\_k\\_kalina\\_a\\_kol\\_dil\\_1\\_dil\\_2](http://www.drogy-info.cz/index.php/pomoc_a_podpora/ucebnice_drogy_a_zavislosti/drogy_a_drogove_zavislosti_k_kalina_a_kol_dil_1_dil_2)>. ISBN 80-86734-05-6.

KALINA, Kamil. Faktory významné pro léčbu, změnu a úzdravu. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008a. str. 293-305. ISBN 978-80-247-1411-0.

KALINA, Kamil et al. *Mezioborový glosář pojmů z oblasti drog a drogových závislostí*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, vydalo o.s. Filia Nova pro Radu vlády ČR - Meziresortní protidrogovou komisi, 2001. 118 s. Dostupné z WWW: <[http://www.drogy-info.cz/index.php/info/glosar\\_pojmu/0\\_mezioborovy\\_glosar\\_pojmu/mezioborovy\\_glosar\\_pojmu\\_z\\_oblasti\\_drog\\_a\\_drogovych\\_zavislosti](http://www.drogy-info.cz/index.php/info/glosar_pojmu/0_mezioborovy_glosar_pojmu/mezioborovy_glosar_pojmu_z_oblasti_drog_a_drogovych_zavislosti)>. ISBN 80-238-8014-4.

KALINA, Kamil. Modely závislosti a přístupy v pomoci uživatelům drog. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 78-82. ISBN 80-86734-05-6.

KALINA, Kamil. Předmluva. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008b. str. 11-14. ISBN 978-80-247-1411-0.

KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. 392 s. ISBN 978-80-247-1411-0.

KALINA, Kamil; MIOVSKÝ, Michal. Psychoterapie v léčbě závislostí. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 159-185. ISBN 978-80-247-1411-0.

KOHUT, Vojtěch. Spiritualita. In DE FIORES, Stefano; GOFFI, Tullo. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 1999. str. 904-912. ISBN 80-7192-338-9.

Kolektiv autorů sdružení SANANIM. *Drogy : otázky a odpovědi*. 1. vydání. Praha : Portál, 2007. 200 s. ISBN 978-80-7367-223-2.

KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese : Psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. 4. vydání. Praha : Portál, 2000. 147 s. ISBN 80-7178-429-X.

KRÁTKÝ, Jan. Analýza biografické narace při studiu náboženské konverze. In LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David et al. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010. str. 158-175. ISBN 978-80-86702-69-8.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Pozitivní psychologie*. 2. vydání. Praha : Portál, 2010. 200 s.  
ISBN 978-80-7367-726-8.

KUDRLE, Stanislav. Bio-psycho-sociálně-spirituální model závislosti jako východisko k primární, sekundární a terciární prevenci a kvalifikované pomoci. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 17-23.  
ISBN 978-80-247-1411-0.

KUDRLE, Stanislav. Historie užívání a zneužívání psychotropních látek. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003a. str. 83-89. ISBN 80-86734-05-6.

KUDRLE, Stanislav. Psychopatologie závislosti a kodependence. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003b. str. 107-113. ISBN 80-86734-05-6.

KUDRLE, Stanislav. Úvod do bio-psycho-socio-spirituálního modelu závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003c. str. 91-95. ISBN 80-86734-05-6.

LUŽNÝ, Dušan. Globalizace a sociologie náboženství. In LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David et al. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010. str. 13-40. ISBN 978-80-86702-69-8.

LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David et al. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010. 351 s.  
ISBN 978-80-86702-69-8.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. 2. přeprac. vydání. Praha : Portál, 2008. 272 s. ISBN 978-80-7367-368-0.

*Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: desátá revize : aktualizovaná druhá verze k 1. 1. 2009, tabelární část*. 1. vydání. Praha : Bomton, 2008. 860s. Dostupné z WWW: <<http://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>>. ISBN 978-80-904259-0-3.

MINAŘÍK, Jakub. Přehled psychotropních látek a jejich účinků. In KALINA, Kamil et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha : Grada, 2008. str. 339-367. ISBN 978-80-247-1411-0.

MIOVSKÝ, Michal. Problémy mezioborového přístupu k léčbě závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 15-18. ISBN 80-86734-05-6.

MIOVSKÝ, Michal; BARTOŠÍKOVÁ, Ivana. Možnosti a meze psychoterapie v léčbě závislosti. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 25-29. ISBN 80-86734-05-6.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost*. 3. dopl. a opr. vydání. Praha : Portál, 2007. 176 s. ISBN 978-80-7367-267-6.

NEŠPOR, Karel. *Zůstat střízlivý : Praktické návody pro ty, kteří mají problém s alkoholem, a jejich blízké*. 1. vydání. Brno : Host, 2006. 240 s. ISBN 80-7294-206-9.

NOVOSAD, Libor. *Poradenství pro osoby se zdravotním a sociálním znevýhodněním : Základy a předpoklady dobré poradenské praxe*. 1. vydání. Praha : Portál, 2009. 272 s. ISBN 978-80-7367-509-7.



ONDRAŠÍNOVÁ, Michaela. Jak uchopit "neuchopitelné": Diskuse o detradicionalizované spiritualitě. In LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010. str. 118-142. ISBN 978-80-86702-69-8.

POPOV, Petr. Alkohol. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 1 : Mezioborový přístup*. 1. vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 151-158. ISBN 80-86734-05-6.

REMEŠ, Prokop; HALAMOVÁ, Alena. *Nahá žena na střeše : Psychoterapeutické aspekty biblických příběhů*. 1. vydání. Praha : Portál, 2004. 200 s. ISBN 80-7178-921-6.

ROTGERS, Frederick et al. *Léčba drogových závislostí*. 1. vydání. Praha : Grada, 1999. 264 s. ISBN 80-7169-836-9.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. 1. vydání. Praha : Portál, 2007. 328 s. ISBN 978-80-7367-312-3.

SKÁLA, Jaroslav. *...až na dno!? : Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách (Zneužívání a závislost)*. 4. přeprac. a dopl. vydání. Praha : Avicenum, zdravotnické nakladatelství, 1988. 144 s.

SMÉKAL, Vladimír. Spiritualita v denním životě člověka. In *HOMO RELIGIOSUS : Vybrané aspekty psychologie náboženství*. In GALVAS, Zbyněk et al. 1. vydání. Praha : Vydala Českomoravská psychologická společnost ve spolupráci s Psychologickým ústavem AV ČR v Praze, 2002. str. 18-34. ISBN 80-86174-04-2.

VÁCLAVÍK, David. *Náboženství a moderní česká společnost*. 1. vydání. Praha : Grada, 2010. 256 s. ISBN 978-80-247-2468-3.

VÁNĚ, Jan. Sociologie náboženství v době nejen postmoderní. In LUŽNÝ, Dušan; VÁCLAVÍK, David et al. *Individualizace náboženství a identita : Poznámky k současné sociologii náboženství*. 1. vydání. Praha : Malvern, 2010. str. 64-86.

ISBN 978-80-86702-69-8.

VOBOŘIL, Jindřich; KALINA, Kamil. Svépomocné programy. In KALINA, Kamil et al. *Drogy a drogové závislosti 2 : Mezioborový přístup*. 1.vydání. Praha : Úřad vlády České republiky, 2003. str. 84-89. ISBN 80-86734-05-6.

VOJTÍŠEK, Zdeněk. Duchovní poradenství v multikulturní společnosti. In KRAHULCOVÁ, Beáta et al. *Kontexty sociální a charitativní práce : Sborník katedry psychosociálních věd a etiky*. Praha : Centrum pro náboženský a kulturní dialog při Husitské teologické fakultě Univerzity Karlovy v Praze, 2008. str. 141-154. ISBN 978-80-87127-07-0.

VOJTÍŠEK, Zdeněk. Spiritualita. Kapitola dosud nevydané knihy. 32 s.

VYBÍRAL, Zbyněk; ROUBAL, Jan. Dnešní psychoterapie. In VYBÍRAL, Zbyněk; ROUBAL, Jan et al. *Současná psychoterapie*. 1. vydání. Praha : Portál, 2010. str. 30-44. ISBN 978-80-7367-682-7.

VYMĚTAL, Jan et al. *Obecná psychoterapie : 2., rozšířené a přepracované vydání*. 2. vydání. Praha : Grada, 2004. Vymezení oboru psychoterapie, str. 19-37. ISBN 978-80-247-0723-5.

VYMĚTAL, Jan. *Úvod do psychoterapie : 3., aktualizované a doplněné vydání*. 1. vydání. Praha : Grada, 2010. 288 s. ISBN 978-80-247-2667-0.

WALLACE, John. Teorie modelu 12 kroků (12stupňové teorie). In ROTGERS, Frederick et al. *Léčba drogových závislostí*. 1. vydání. Praha : Grada, 1999. str. 17-34.  
ISBN 80-7169-836-9.

## Články

KUDRLE, Stanislav. Holotropní dýchání v terapii závislých. *Adiktologie : odborný časopis pro prevenci, léčbu a výzkum závislostí*. 2005, ročník 5, číslo 2, str. 179-185.  
ISSN 1213-3841.

PEŠEK, Roman et al. Racionální analýza významných faktorů terapeutické účinnosti svépomocného společenství Anonymních alkoholiků. *Adiktologie : odborný časopis pro prevenci, léčbu a výzkum závislostí*. 2005, ročník 5, číslo 4, str. 488-501. ISSN 1213-3841.

SMÉKAL, Vladimír. Spiritualita a psychoterapie. *Psychologie dnes : Psychologie, psychoterapie, životní styl*. 2001, ročník 7, číslo 7-8, str. 26-27.

TÝMAL, Milan. O možnosti motivace klienta na spirituální rovině v rámci bio-psycho-socio-spirituálního modelu závislosti. *Adiktologie : odborný časopis pro prevenci, léčbu a výzkum závislostí*. 2003, ročník 3, číslo 2, str. 109-113. ISSN 1213-3841.

VOJTÍŠEK, Zdeněk. Rozpoznat neviditelné. *Dingir : Religionistický časopis o současné náboženské scéně*. 2010,13. ročník, číslo 3, str. 104-107.

## Internetové články

DEMKO, Matúš. Když Písmo léčí i nevěřící... Katolický týdeník : Příloha Doma. 2006, číslo 37. [online]. [cit. 19.2.2011]. Dostupný z WWW: <<http://www.katydz/index.php?cmd=page&type=11&article=4822>>.

Jubilejní Diamantový Bludný Arcibalvan - Prof. MUDr. Stanislav Grof, M.D., Ph.D. 2008.

*Sisyfos : Český klub skeptiků* [online]. [cit. 2.5.2011]. Dostupné z WWW: <<http://www.sysifos.cz/index.php?id=vypis&sec=1205049204>>.

### **Internetové stránky:**

BALCAR, Karel. Karel Balcar - Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. 2007. *Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu, o.s. : Člen Mezinárodní společnosti pro existenciálně-analytickou psychoterapii* [online]. Aktualizováno 23.10.2007 [cit. 26.2.2011]. Dostupné z WWW: <<http://www.slea.cz/index.php/konference/2008/05>>.

KUDRLE, Stanislav. Osobní. [rok neuveden] *Doorway : Soukromé psychoterapeutické centrum Atelier II.* [online]. [cit. 5.4.2011]. Dostupné z WWW: <<http://doorway.sweb.cz/>>.

REMEŠ, Prokop. Dvě cesty. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu.* 2009a. [online]. [cit. 15.3.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=1740](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=1740)>.

REMEŠ, Prokop. Existenciálně analytický přístup. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu.* 2009b. [online]. [cit. 1.4.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=285](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=285)>.

REMEŠ, Prokop. Formální rámec. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu.* 2009c. [online]. [cit. 1.4.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=333](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=333)>.

REMEŠ, Prokop. Hagioterapie. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu.* 2009d. [online]. [cit. 7.3.2011]. Dostupné z WWW: <<http://www.hagioterapie.cz/>>.

REMEŠ, Prokop. Historie a cíle. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu.* 2009e. [online]. [cit. 15.3.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=254](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=254)>.

REMEŠ, Prokop. Představujeme se. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu*. 2009f. [online]. [cit. 10.3.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=29](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=29)>.

REMEŠ, Prokop. Základní principy. *Hagioterapie : Společnost pro hagioterapii a pastorační medicínu*. 2009g. [online]. [cit. 15.3.2011]. Dostupné z WWW: <[http://www.hagioterapie.cz/?page\\_id=388](http://www.hagioterapie.cz/?page_id=388)>.

Ročník 2006: Bio-psycho-socio-spirituální model závislosti. [rok neuveden]. *AT konference : 2011 Závislosti a veřejné zdraví* [online]. Aktualizováno 2010. [cit. 15.5.2011]. Dostupné z WWW: <<http://www.at-konference.cz/archiv/rocnik-2006/>>.

TÝMAL, Milan. Ikonoterapie : O možnosti motivace klienta na spirituální rovině v rámci bio-psycho-socio-spirituálního modelu závislosti. [rok neuveden]. *Psychosociální protidrogová poradna v Jindřichově Hradci*. [online]. [cit. 20.4.2011]. Dostupné z WWW: <<http://drogporadna.popjan.cz/ikona.htm>>.

TÝMAL, Milan. O vašem poradci. [rok neuveden]. *Psychosociální protidrogová poradna v Jindřichově Hradci* [online]. [cit. 22.4.2011]. Dostupné z WWW: <<http://drogporadna.popjan.cz/poradna.htm>>.

WAGENKNECHT, Martin. 9. Den logoterapie a existenciální analýzy - Program. 2009. *Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu, o.s. : Člen Mezinárodní společnosti pro existenciálně-analytickou psychoterapii* [online]. Aktualizováno 27.10.2009 [cit. 24.2.2011]. Dostupné z WWW: <<http://www.slea.cz/index.php/component/content/article/144-9-den-logoterapie-a-existencialni-analyzy-program>>.

## Referát

KRAUSOVÁ, Dana. „*Jsi moje všechno...*“ – závislá osobnost a její závislý svět. Referát přednesený na 9. Dni logoterapie a existenciální analýzy, ze dne 21. 11. 2009.

## **Akademická práce**

STRNAD, Marcel. *Nejsme závislí proto, že chlastáme - chlastáme proto, že jsme závislí.* Praha, 2011. 8 s. Závěrečná práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií, Pražská psychoterapeutická fakulta – celoživotní vzdělání.

## Seznam příloh

<b>Příloha č. 1: Biblický příběh z hagioterapie (text).....</b>	<b>38</b>
<b>Příloha č. 2: Model lidské psychiky od Larryho Crabba (text).....</b>	<b>41</b>
<b>Příloha č. 3: Dvanáct kroků Anonymních Alkoholiků (text).....</b>	<b>44</b>
<b>Příloha č. 4: Zážitky účastníků holotropního dýchání (text) .....</b>	<b>49</b>
<b>Příloha č. 5: Koncepty ikonoterapie (text).....</b>	<b>53</b>